shrinath.udupa@gmail.com

ಋಗ್ವೇದೀಯ

ಸ್ಮಾರ್ತ ನಿತ್ಯಾಹ್ನಿಕ ವಿಧಿಃ

(ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ದೇವಪೂಜಾ ಸಹಿತ)

ಬಳ್ಕೂರು ಭಾಸ್ಕರ ಉಡುಪ

• ಪ್ರಕಾಶಕರು •

ಬಿ. ಸುಬ್ರಾಯ ಉಡುಪ,

ಆಡಳಿತ ಮೊಕ್ತೇಸರ

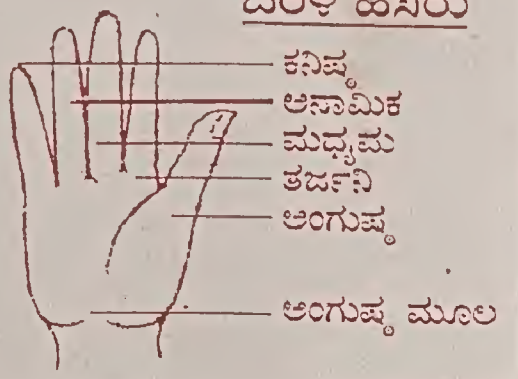
ಶ್ರೀ ಕಾರ್ತಿಕೇಯ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯಸ್ವಾಮಿ ದೇವಾಲಯ

ಉಳ್ಳೂರು - ಕಂದಾವರ : : ಅಂಚೆ : ಮೂಡಲಕಟ್ಟೆ

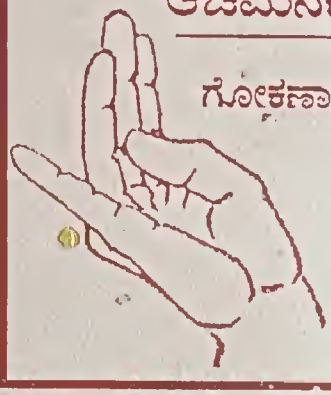
ಪಿನ್ : 576 217

shrinath.udupa@gmail.com

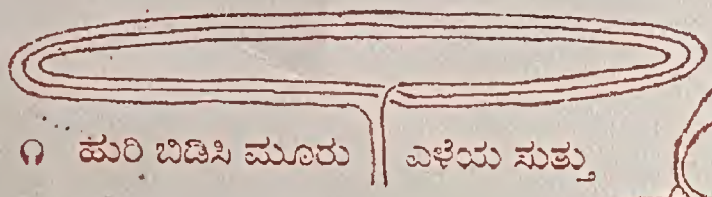
ಬೆರಳ ಹೆಸರು



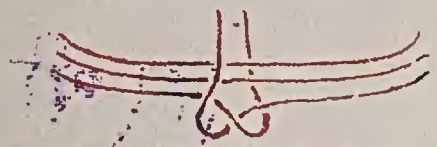
ಆಚಮನಕ್ಕೆ ಹಸ್ತ



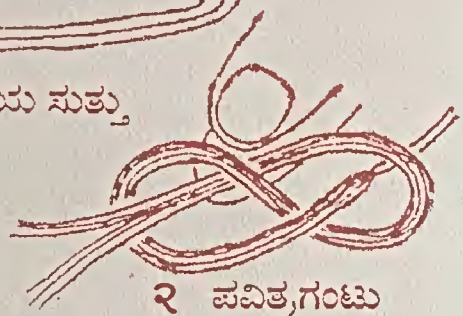
ಜನಿವಾರದ ಗಂಟು



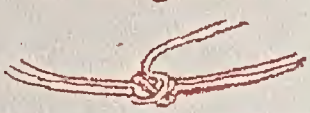
೧ ಹುರಿ ಬಿಡಿಸಿ ಮೂರು ಎಳೆಯ ಸುತ್ತು



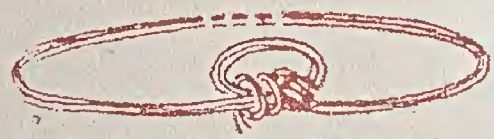
೩ ಪುಚ್ಚಗಳಿಂದ ಒಂದು ಗಂಟು



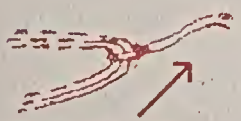
೨ ಪವಿತ್ರಗಂಟು



೪ ಪವಿತ್ರಗಂಟು ಎಳೆದು ಬಿಗಿಮಾಡುವುದು



೬ ಪುಚ್ಚ ಅಡಗಿಸಲು ಪುನಃ ಗಂಟು



೫ ಈ ಭಾಗ ಅಗ್ರ

೭ ಎಳೆದು ಗಂಟೊಳಗೆ ಪುಚ್ಚ ಅಡಗಿಸುವುದು

ಜನಿವಾರದ ಗಂಟನ್ನು ಮುಂಚೆಯೇ ಹಾಕಿ ಇಡಕೂಡದು. ಬೇಕಾದ ದಿನವೇ ಹಾಕಬೇಕು. ಎಳೆ ಬಿಡಿಸಿ, ಪೂರ್ಣ ಹುರಿ ತೆಗೆದು, ಕಾಲು ಮಡಚಿ, ಅಗಲವಾಗಿ ಚಾಚಿ ಕುಳಿತು ಅದಕ್ಕೆ ಹೊರಗಿನಿಂದ ಮೂರು ಸಾರಿ ನೂಲುಸುತ್ತಿ, ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಸೂಚಿಸಿದಂತೆ ಬ್ರಹ್ಮಗಂಟು ಹಾಕಬೇಕು.

shrinath.uduna@gmail.com

ವಿದ್ವಾನ್ ಮೊಕ್ತೇಸರರು
ಶ್ರೀ ಯು.ಎಸ್. ಕಾರ್ತಿಕೇಯ ಸುಬ್ರಮಣ್ಯ ದೇವಸ್ಥಾನ
ಬಳ್ಳೂರು, ಕುಂದಾಪುರ ತಾಲೂಕು - 576 211

ಋಗ್ವೇದೀಯ

ಸ್ಮಾರ್ತ ನಿತ್ಯಾಹ್ನಿಕ ವಿಧಿಃ

(ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ದೇವಪೂಜಾ ಸಹಿತ)

ಬಳ್ಳೂರು ಭಾಸ್ಕರ ಉಡುಪ

ಪ್ರಕಾಶಕರು

ಬಳ್ಳೂರು ಸುಬ್ರಾಯ ಉಡುಪ
ಆಡಳಿತ ಮೊಕ್ತೇಸರ
ಶ್ರೀ ಕಾರ್ತಿಕೇಯ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ಸ್ವಾಮಿ ದೇವಾಲಯ
ಉಳ್ಳೂರು - ಕಂದಾವರ
ಅಂಚೆ : ಮೂಡಲಕಟ್ಟೆ - 576 217
ಕುಂದಾಪುರ ತಾಲ್ಲೂಕು

shrinath.udupa@gmail.com

ಋಗ್ವೇದೀಯ ಸ್ಮಾರ್ತ ನಿತ್ಯಾಹ್ನಿಕ ವಿಧಿ
(ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ದೇವ ಪೂಜಾ ಸಹಿತ)

ಮುದ್ರಣ : ಡಿಸೆಂಬರ್ 2001
ಪ್ರತಿಗಳು : 1500

© ಕೃತಿಯ ಸ್ವಾಮ್ಯ ಪ್ರಕಟಕರಿಗೆ ಸೇರಿದೆ.

ಅಕ್ಷರ ಸಂಯೋಜನೆ : ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ಕೆ. ಭಾಗವತ
ನಗರ-577425

ಪ್ರಕಾಶಕರು : ಬಳ್ಕೂರು ಸುಬ್ರಾಯ ಉಡುಪ
ಆಡಳಿತ ಮೊಕ್ತೇಸರ
ಶ್ರೀ ಕಾರ್ತಿಕೇಯ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ಸ್ವಾಮಿ ದೇವಾಲಯ
ಉಳ್ಳೂರು - ಕಂದಾವರ
ಅಂಚೆ : ಮೂಡಲಕಟ್ಟೆ - 576 217
ಕುಂದಾಪುರ ತಾಲ್ಲೂಕು

ಮುದ್ರಕರು : ವೈಷ್ಣವಿ ಆಫ್‌ಸೆಟ್ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್
ನಗರ - 577 425
☎ (08185) 83623

shrinath.udupa@gmail.com

ಪ್ರಕಾಶಕರ ಮಾತು

ಜನ್ಮ ಜನ್ಮಾಂತರದ ಪುಣ್ಯಫಲದಿಂದ ಜನಿಸಿದ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕರ್ತವ್ಯದಿಂದ ವಿಮುಖರಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅದನ್ನು ತಡೆಯುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಈ ಪುಸ್ತಕದ ಪ್ರಕಟಣೆ ಕಾರ್ಯ ಸಾಗಿದೆ. ಋಗ್ವೇದೀಯ ಸ್ಮಾರ್ತನಿತ್ಯಾಹ್ನಿಕ ಪುಸ್ತಕದ ಕೊರತೆ ನೀಗಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ ಈ ಕೃತಿ ರೂಪುಗೊಂಡಿದೆ. ಸಂಗ್ರಾಹಕರಾದ ಶ್ರೀ ಬಳ್ಕೂರು ಭಾಸ್ಕರ ಉಡುಪರು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಶಾಸ್ತ್ರಕ್ಕೆ ಚ್ಯುತಿಬಾರದಂತೆ ಈ ಕಾರ್ಯಸಾಧಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ವೇದಮೂರ್ತಿಗಳಾದ ನೆಂಪು ಶಿವರಾಮ ಭಟ್ಟರು ಕೃತಿಯ ಸಿಂಹಾವಲೋಕನಗೈದು ಸೂಕ್ತ ಸಲಹೆಗಳನ್ನಿತ್ತು ಸಹಕರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ವೇದಮೂರ್ತಿ ಶ್ರೀ ರಂಗನಾಥ ಭಾಗವತರು ಮುದ್ರಣ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನೆರವಿತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರೆಲ್ಲರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಸಂಕ್ತಿಪ್ತ ದೇವಪೂಜಾ ರೀತಿಯನ್ನೂ ಸೇರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ಈ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಇಷ್ಟದೇವರನ್ನು ಚುಟುಕಾಗಿ ಪೂಜಿಸಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಪ್ರವರ್ಗವು ಇದರ ಸದುಪಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿ ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ.

ವೃಷ ಸಂ। ಕಾರ್ತಿಕ ಬಹುಳ
ದ್ವಾದಶೀ॥ (27-11-2001)

ಬಳ್ಕೂರು ಸುಬ್ರಾಯ ಉಡುಪ
ಆಡಳಿತ ಮೊಕ್ತೇಸರ

shrinath.udupi@gmail.com

ಸಂಗ್ರಾಹಕರ ನುಡಿ

ಋಗ್ವೇದೀಯ ಸ್ವಾರ್ತನಿತ್ಯಾಹ್ನಿಕ ವಿಧಿ ಕೃತಿಯು ನೂತನ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಗೆ ತುಂಬಾ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗುವಂತೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ, ಜಪ, ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯ, ಭೋಜನ ವಿಧಿ, ಉಪವೀತ ಧಾರಣೆ ಸಹಿತವಾಗಿ ಅಗತ್ಯದ ಸೂಚನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ರೂಪಿತವಾಗಿದೆ, ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಸಂಕ್ಷೇಪ ಪೂಜಾ ವಿಧಾನವನ್ನೂ ಇದರಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ತಮ್ಮ ಇಷ್ಟ ದೇವರ ಪೂಜೆಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ್ದರಿಂದ ಚುಟುಕಾಗಿಯಾದರೂ ಪೂಜೆ ಸಲ್ಲಿಸಿ ದೇವರ ಕೃಪೆಗೆ ಪಾತ್ರರಾಗಬಹುದು.

ಈ ಕೃತಿ ತಯಾರಿಸುವಲ್ಲಿ ಈವರೆಗಿನ ವಿದ್ವಾಂಸರು ಸಾಗಿದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಜ್ಜೆ ಇರಿಸಬೇಕಾದುದು ಸಹಜ. ಅವರೆಲ್ಲರನ್ನು ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸ್ಮರಿಸುತ್ತೇನೆ. ಎಡವಿ ಮುಗ್ಗರಿಸಿದಲ್ಲಿ ಮೇಲೆತ್ತಿ ಸಾವರಿಸಿದವರು ವೇದಮೂರ್ತಿಗಳಾದ ನೆಂಪು ಶಿವರಾಮ ಭಟ್ಟರು. ಮುದ್ರಣ ದೋಷ ಸರಿಪಡಿಸಿ ನೆರವಿತ್ತವರು ವೇದಮೂರ್ತಿ ಶ್ರೀ ರಂಗನಾಥ ಭಾಗವತರು. ಕೃತಿಯನ್ನು ಮುದ್ರಿಸಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿ ಶ್ರೀ ಕಾರ್ತಿಕೇಯ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ಸ್ವಾಮಿಯ ಕೃಪೆಗೆ ಪಾತ್ರರಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿದವರು ಆಡಳಿತ ಮೊಕ್ತೇಸರರಾದ ಶ್ರೀ ಬಳ್ಕೂರು ಸುಬ್ರಾಯ ಉಡುಪರು ಹಾಗೂ ಆಡಳಿತ ಮಂಡಳಿಯವರು. ಆವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ನಮನಗಳು. ವಿಪ್ರವರ್ಗವು ಈ ಕೃತಿಯ ಉಪಯೋಗ ಪಡೆಯುವಂತಾಗಲಿ. ಲೋಪದೋಷಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದರೆ ಮುಂದೆ ಸರಿಪಡಿಸಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುವುದು.

ಇಂತು ನಮನಗಳೊಂದಿಗೆ,

ವೃಷ ಸಂ। ಮಾರ್ಗಶೀರ್ಷ
ಪಾಡ್ಯ॥ (15-12-2001)

ಬಳ್ಕೂರು ಭಾಸ್ಕರ ಉಡುಪ
'ನಿಸರ್ಗ', ಬಳ್ಕೂರು-576 211

shrinath.udupa@gmail.com

ಪ್ರಾತರ್ವಿಧಿಃ

ದೇವತಾ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ

ಕರಾಗ್ರೇ ವಸತೇ ಲಕ್ಷ್ಮೀಃ ಕರಮಧ್ಯೇ ಸರಸ್ವತೀ ।
ಕರಮೂಲೇ ಸ್ಥಿತಾ ಗೌರೀ ಪ್ರಭಾತೇ ಕರದರ್ಶನಮ್ ॥

(ಹಾಸುಗೆಯಿಂದ ಏಳುವಾಗಲೇ ಇದನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾ ಕೈ ತಿಕ್ಕಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅನಂತರ ಕೈ ಮುಗಿದು ಈ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಪಠಿಸಬೇಕು)

ಮಂಗಲಂ ಭಗವಾನ್ ವಿಷ್ಣುರ್ಮಂಗಲಂ ಮಧುಸೂದನಃ ।
ಮಂಗಲಂ ದೇವಕೀ ಪುತ್ರೋ ಮಂಗಲಂ ಗರುಡಧ್ವಜಃ ॥

ಉತ್ತಿಷ್ಠೋತ್ತಿಷ್ಠ ಗೋವಿಂದ ಉತ್ತಿಷ್ಠ ಗರುಡಧ್ವಜ ।
ಉತ್ತಿಷ್ಠ ಕಮಲಾಕಾಂತ ತ್ರೈಲೋಕ್ಯಂ ಮಂಗಲಂಕುರು ॥

ಹರೇ ರಾಮ ಹರೇ ರಾಮ ರಾಮ ರಾಮ ಹರೇ ಹರೇ ।
ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಕೃಷ್ಣ ಕೃಷ್ಣ ಹರೇ ಹರೇ ॥

ಅಹಲ್ಯಾ ದ್ರೌಪದೀ ಸೀತಾ ತಾರಾ ಮಂಡೋದರೀ ತಥಾ ।
ಪಂಚಕಂ ನಾ ಸ್ಮರೇನ್ನಿತ್ಯಂ ಮಹಾಪಾತಕ ನಾಶನಮ್ ॥

ಅಹಂ ಕಾಶೀಂ ಗಮಿಷ್ಯಾಮಿ ತತ್ರೈವ ನಿವಸಾಮ್ಯಹಮ್ ।
ಇತಿ ಬ್ರುವಾಣಃ ಸತತಂ ಕಾಶೀವಾಸ ಫಲಂ ವ್ರಜೇತ್ (ಲಭೇತ್) ॥

ಗಂಗಾಗಂಗೇತಿ ಯೋಬ್ರೂಯಾದ್ಯೋಜನಾನಾಂ ಶತೈರಪಿ ।
ಮುಚ್ಯತೇ ಸರ್ವ ಪಾಪೇಭ್ಯಃ ವಿಷ್ಣುಲೋಕಂ ಸಗಚ್ಛತಿ ॥

ಅಶ್ವತ್ಥಾಮಾ ಬಲಿರ್ವ್ಯಾಸೋ ಹನೂಮಾಂಶ್ಚ ವಿಭೀಷಣಃ ।
ಕೃಪಃ ಪರಶುರಾಮಶ್ಚ ಸಪ್ತೈತೇ ಚಿರಜೀವಿನಃ ॥

ಕಶ್ಯಪೋಽತ್ರಿ ಭರದ್ವಾಜೋ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರೋಽಥ ಗೌತಮಃ ।
ಜಮದಗ್ನಿರ್ವಸಿಷ್ಠಶ್ಚ ಸಪ್ತೈತೇ ಋಷಯಃ ಸ್ಮೃತಾಃ ॥

ಕಪಿಲಾಂ ದರ್ಪಣಂ ಭಾನುಂ ಭಾಗ್ಯವಂತಂ ಚ ಭೂಪತಿಮ್ ।
ಆಚಾರ್ಯಮನ್ನದಾತಾರಂ ಪ್ರಾತಃ ಪಶ್ಯೇತ್ ಪತಿವ್ರತಾಮ್ ॥

ಗೋಕರ್ಣ ಸೇತೋ ಹಿಮವತ್ಕಯಾಗೌ ಕಾಶ್ಮೀರ ಸೋಮೇಶ್ವರ ವಿಷ್ಣುಪಾದಾಃ ।
ಶ್ರೀರಂಗ ಕೇದಾರ ಅನಂತಕನ್ಯೇ ಸ್ವಾಮಿನ್ ಕುರುಕ್ಷೇತ್ರ ಸದಾ ನಮಸ್ತೇ ॥

ಅಯೋಧ್ಯಾ ಮಥುರಾ ಮಾಯಾ ಕಾಶೀ ಕಾಂಚೀಹ್ಯವಂತಿಕಾ ।
ಪುರೀ ದ್ವಾರಾವತೀಚೈವ ಸಪ್ತೈತಾ ಮೋಕ್ಷದಾಯಕಾಃ ॥

ರೂಪ್ಯಪೀಠಂ ಕುಮಾರಾದ್ರಿಃ ಕುಂಭಾಶೀ ಚ ಧ್ವಜೇಶ್ವರಃ ।
ಕೋ್ರಡ ಗೋಕರ್ಣ ಮೂಕಾಂಬಾಃ ಸಪ್ತೈತಾ ಮೋಕ್ಷದಾಯಕಾಃ ॥

ಬ್ರಹ್ಮಾಮುರಾರಿ ಸ್ತ್ರಿಪುರಾಂತಕಾರೀ ಭಾನುಃ ಶಶೀ ಭೂಮಿಸುತೋ ಬುಧಶ್ಚ।
ಗುರುಶ್ಚ ಶುಕ್ರಃ ಶನಿರಾಹುಕೇತವಃ ಕುರ್ವಂತು ಸರ್ವೇ ಮಮ ಸುಪ್ರಭಾತಮ್ ॥

ಸಮುದ್ರವಸನೇ ದೇವಿ ಪರ್ವತಸ್ತನ ಮಂಡಿತೇ ।
ವಿಷ್ಣುಪತ್ನಿ ನಮಸ್ತುಭ್ಯಂ ಪಾದಸ್ಪರ್ಶಂ ಕ್ಷಮಸ್ವಮೇ ॥

॥ ತುಲಸೀ ವಂದನಮ್ ॥

ಯನ್ಮೂಲೇ ಸರ್ವತೀರ್ಥಾನಿ ಯನ್ಮಧ್ಯೇ ಸರ್ವದೇವತಾಃ ।
ಯದಗ್ರೇ ಸರ್ವವೇದಾಶ್ಚ ತುಲಸಿ ತ್ವಾಂ ನಮಾಮ್ಯಹಮ್ ॥
ಪ್ರಸೀದ ತುಲಸೀದೇವಿ ಪ್ರಸೀದ ಹರಿವಲ್ಲಭೇ।
ಕ್ಷೀರೋದಮಥನೋದ್ಭೂತೇ ತುಲಸಿ ತ್ವಾಂ ನಮಾಮ್ಯಹಮ್ ॥
ತುಲಸ್ಯಾಂ ಸಕಲಾ ದೇವಾ ವಸಂತಿ ಸತತಂ ಯತಃ ।
ಅತಸ್ತ್ವಾಮರ್ಚಯೇಲೋ್ಕೇ ಸರ್ವಾನ್ದೇವಾನ್ ಸಮರ್ಪಯನ್ ॥

॥ ಅಶ್ವತ್ಥ ಸ್ತುತಿ ॥

ಮೂಲತೋ ಬ್ರಹ್ಮರೂಪಾಯ ಮಧ್ಯತೋ ವಿಷ್ಣುರೂಪಿಣೇ ।
ಅಗ್ರತಃ ಶಿವರೂಪಾಯ ವೃಕ್ಷರಾಜಾಯ ತೇ ನಮಃ ॥

ಇದನ್ನು ಹೇಳಿ ಯಥಾಶಕ್ತಿ (7,12,24,48,108) ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆ ಬಂದು ಮುಂದಿನ ಶ್ಲೋಕ ಹೇಳಿ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡಬೇಕು.

ಅಶ್ವತ್ಥ ಹುತಭುಕ್ ವ್ಯಾಸೋ ಗೋವಿಂದಸ್ಯ ಸದಾಶ್ರಯಃ ।
ಅಶೇಷಂ ಹರಮೇ ಶೋಕಂ ವೃಕ್ಷರಾಜ ನಮೋಸ್ತುತೇ ॥

॥ ಗೋವಂದನಮ್ ॥

ಗವಾಂ ದೃಷ್ಟ್ವಾ ನಮಸ್ಕೃತ್ಯ ಕೃತ್ವಾ ಚೈವ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಮ್ ।
ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೇ ಕೃತಾತೇನ ಸಪ್ತದ್ವೀಪಾ ವಸುಂಧರಾ ॥
ಸರ್ವಕಾಮದುಘೇ ದೇವಿ ಸರ್ವತೀರ್ಥಾಭಿಷೇಚನೀ ।
ಪಾವನೀ ಸುರಭಿ ಶ್ರೇಷ್ಠೇ ದೇವಿತುಭ್ಯಂ ನಮೋಸ್ತುತೇ ॥

shrinath.udupa@gmail.com

॥ ಮಂಗಲಾಷ್ಟಕಮ್ ॥

ಯಂ ಬ್ರಹ್ಮ ವೇದಾಂತವಿದೋವದಂತಿ ಪರಂ ಪ್ರಧಾನಂ ಪುರುಷಂ ತಥಾಽನ್ಯೇ।
ವಿಶ್ವೋದ್ಗತೇಃ ಕಾರಣ ಮೀಶ್ವರಂವಾ ತಸ್ಮೈ ನಮೋ ವಿಘ್ನ ವಿನಾಯಕಾಯ ॥

ಯಾಕುಂದೇಂದು ತುಷಾರ ಹಾರ ಧವಲಾ ಯಾ ಶುಭ್ರವಸ್ತ್ರಾನ್ವಿತಾ।
ಯಾ ವೀಣಾ ವರದಂಡಮಂಡಿತಕರಾ ಯಾ ಶ್ವೇತ ಪದ್ಮಾಸನಾ।
ಯಾ ಬ್ರಹ್ಮಾಚ್ಯುತ ಶಂಕರಪ್ರಭೃತಿಭಿರ್ದೇವೈಃ ಸದಾ ವಂದಿತಾ।
ಸಾ ಮಾಂ ಪಾತು ಸರಸ್ವತೀ ಭಗವತೀ ನಿಶ್ಶೇಷ ಜಾಡ್ಯಾಪಹಾ ॥

ಲಕ್ಷ್ಮೀರ್ಯಸ್ಯ ಪರಿಗ್ರಹಃ ಕಮಲಭೂಃ ಸೂನುರ್ಗರುತ್ಮಾನ್ ರಥಃ ಪೌತ್ರಶ್ಚಂದ್ರ ವಿಭೂಷಣಃ ಸುರಗುರುಃ ಶೇಷಶ್ಚ ಶಯ್ಯಾಪುನಃ।
ಬ್ರಹ್ಮಾಡಂ ವರಮಂದಿರಂ ಸುರಗಣಾ ಯಸ್ಯಪ್ರಭೋಃ ಸೇವಕಾಃ । ಸತ್ಸೈಲೋಕ್ಯ ಕುಟುಂಬಪಾಲನಪರಃ ಕುರ್ಯಾದ್ಧರಿರ್ಮಂಗಲಮ್॥ 1 ॥

ಬ್ರಹ್ಮಾವಾಯು ಗಿರೀಶ ಶೇಷ ಗರುಡಾ ದೇವೇಂದ್ರ ಕಾಮೌಗುರುಶ್ಚಂದ್ರಾರ್ಕೌ ವರುಣಾನಲೌ ಮನುಯಮೌ ವಿತ್ತೇಶ ವಿಘ್ನೇಶ್ವರೌ ।
ನಾಸತ್ಯೌನಿರ್ಋತಿ ರ್ಮರುದ್ಗಣಯುತಾಃ ಪರ್ಜನ್ಯ ಮಿತ್ರಾದಯಃ ಸಸ್ತ್ರೀಕಾಃ ಸುರಪುಂಗವಾಃ ಪ್ರತಿದಿನಂ ಕುರ್ವಂತುನೋ ಮಂಗಲಮ್ ॥ 2 ॥

ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಪರಾಶರೌರ್ವಭೃಗವೋಽಗಸ್ತ್ಯಃ ಪುಲಸ್ತ್ಯಃ ಕೃತುಃ ಶ್ರೀಮಾನತ್ರಿಮರೀಚಿಕೌತ್ಸಪುಲಹಾಃ ಶಕ್ತಿರ್ವಸಿಷ್ಠೋಽಂಗಿರಾಃ ।
ಮಾಂಡವ್ಯೋ ಜಮದಗ್ನಿ ಗೌತಮ ಭರದ್ವಾಜಾದಯಸ್ತಾಪಸಾಃ ಶ್ರೀಮದ್ವಿಷ್ಣು ಪದಾಂಬುಜೈಕ ಶರಣಾಃ ಕುರ್ವಂತುನೋ ಮಂಗಲಮ್ ॥ 3 ॥

ಮಾಂಧಾತಾ ನಹುಷೋಽಂಬರೀಷ ಸಗರೌ ರಾಜಾ ಪೃಥುರ್ಹೈಹಯಃ ಶ್ರೀಮಾನ್ ಧರ್ಮಸುತೋನಲೋ ದಶರಥೋ ರಾಮೋ ಯಯಾತಿರ್ಯದುಃ ।
ಇಕ್ಷ್ವಾಕುಶ್ಚವಿಭೀಷಣಶ್ಚ ಭರತಶ್ಚೋತ್ತಾನಪಾದೋ ಧ್ರುವಾವಿತ್ಯಾದ್ಯಾ ಭುವಿ ಭೂಭುಜಶ್ಚ ಸತತಂ ಕುರ್ವಂತುನೋ ಮಂಗಲಮ್ ॥ 4 ॥

ಶ್ರೀ ಮೇರುರ್ಹಿಮವಾಂಶ್ಚ ಮಂದರಗಿರಿಃ ಕೈಲಾಸಶೈಲಸ್ತಥಾ ಮಾಹೇಂದ್ರೋ ಮಲಯಶ್ಚ ವಿಂಧ್ಯ ನಿಷಧೌ ಸಿಂಹಸ್ತಥಾ ರೈವತಃ ।
ಸಹ್ಯಾದ್ರಿರ್ವರಗಂಧಮಾದನಗಿರಿ ರ್ಮೈನಾಕ ಗೋಮಂತಕಾ ವಿತ್ಯಾದ್ಯಾ ಭುವಿ ಭೂಧರಾಶ್ಚ ಸತತಂ ಕುರ್ವಂತುನೋ ಮಂಗಲಮ್ ॥ 5 ॥

ಗಂಗಾ ಸಿಂಧು ಸರಸ್ವತೀ ಚ ಯಮುನಾ ಗೋದಾವರೀ ನರ್ಮದಾ ಕೃಷ್ಣಾ ಭೀಮರಥೀ ಚ ಫಲ್ಗು ಸರಯೂ ಶ್ರೀಗಂಡಕೀ ಗೋಮತೀ ।

shrinath.udupa@gmail.com

ಕಾವೇರೀ ಕಪಿಲಾ ಪ್ರಯಾಗ ಸಹಿತಾ ನೇತ್ರಾವತೀತ್ಯಾದಯೋ ನದ್ಯಃ ಶ್ರೀಹರಿ ಪಾದಪಂಕಜ ಭವಾಃ ಕುರ್ವಂತುನೋ ಮಂಗಲಮ್ ॥ 6 ॥

ವೇದಾಶ್ಚೋಪ ನಿಷದ್ಗಣಾಶ್ಚ ವಿವಿಧಾಃ ಸಾಂಗಾಃ ಪುರಾಣಾನ್ವಿತಾ ವೇದಾಂತಾ ಅಪಿಮಂತ್ರತಂತ್ರ ಸಹಿತಾಸ್ತರ್ಕಾಃಸ್ಮೃತೀನಾಂಗಣಾಃ ।
ಕಾವ್ಯಾಲಂಕೃತ ನೀತಿ ನಾಟಕಯುತಾಃ ಶಬ್ದಾಶ್ಚ ನಾನಾವಿಧಾಃ ಶ್ರೀವಿಷ್ಣೋರ್ಗುಣನಾಮ ಕೀರ್ತನ ಪರಾಃ ಕುರ್ವಂತುನೋ ಮಂಗಲಮ್ ॥ 7 ॥

ಆದಿತ್ಯಾದಿ ನವಗ್ರಹಾಃ ಶುಭಕರಾಃ ಮೇಷಾದಯೋರಾಶಯೋ ನಕ್ಷತ್ರಾಣಿ ಸಯೋಗಕಾಶ್ಚ ತಿಥಯಸ್ತದ್ದೇವತಾಸ್ತದ್ಗಣಾಃ ।
ಮಾಸಾಬ್ದಾ ಋತವಸ್ತಥೈವದಿವಸಾಃ ಸಂಧ್ಯಾಸ್ತಥಾ ರಾತ್ರಯಃ ಸರ್ವೇಸ್ಥಾವರಜಂಗಮಾಃ ಪ್ರತಿದಿನಂ ಕುರ್ವಂತುನೋ ಮಂಗಲಮ್ ॥ 8 ॥

ಇತ್ಯೇತದ್ವರ ಮಂಗಲಾಷ್ಟಕಮಿದಂ ಶ್ರೀರಾಜರಾಜೇಶ್ವರೇಣಾಖ್ಯಾತಂಜಗತಾಮಭೀಷ್ಟಫಲದಂ ಸರ್ವಾಶುಭಧ್ವಂಸನಮ್ ।
ಮಾಂಗಲ್ಯಾದಿ ಶುಭಕ್ರಿಯಾಸು ಸತತಂ ಸಂಧ್ಯಾಸುವಾಯಃಪಠೇದ್ಧರ್ಮಾರ್ಥಾದಿ ಸಮಸ್ತವಾಂಛಿತಫಲಂ ಪ್ರಾಪ್ನೋತ್ಯಸೌ ಮಾನವಃ ॥

ರವಿಶಶಿಕುಜಸೌಮ್ಯಾಃ ಶಕ್ರವಂದ್ಯೋSಥ ಶುಕ್ರಃ ದಿನಕರ ಸುತ ರಾಹೂ ಕೇತವಃ ಕ್ಷೇತ್ರಪಾಲಾಃ।
ಕಮಲಜಹರಿರುದ್ರಾಃ ಪಾರ್ವತೀ ವಿಘ್ನರಾಜಃ ಸಕಲಮುನಯ ಏತೇ ಮಂಗಲಂ ನೋ ದಿಶಂತು॥

ತದೇವ ಲಗ್ನಂ ಸುದಿನಂ ತದೇವ ತಾರಾಬಲಂ ಚಂದ್ರಬಲಂ ತದೇವ ।
ವಿದ್ಯಾಬಲಂ ದೈವಬಲಂ ತದೇವ ಲಕ್ಷ್ಮೀಪತೇ ತೇSಂಘ್ರಿಯುಗಂ ಸ್ಮರಾಮಿ ॥

॥ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನಮ್ ॥

(ಸ್ನಾನಾನಂತರ ಮಡಿ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನುಟ್ಟು ಪೂರ್ವ ಅಥವಾ ಉತ್ತರ ಮುಖವಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು)

॥ ಧ್ಯಾನ ಸ್ನಾನಮ್ ॥

(ದೇವರನ್ನು ನೆನೆಯುತ್ತಾ ದೇಹಕ್ಕೆ ನೀರನ್ನು ಚಿಮುಕಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ)

ಅಪವಿತ್ರಃ ಪವಿತ್ರೋ ವಾ ಸರ್ವಾವಸ್ಥಾಂಗತೋSಪಿವಾ ।
ಯಃ ಸ್ಮರೇತ್ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷಂ ಸ ಬಾಹ್ಯಾಭ್ಯಂತರಃ ಶುಚಿಃ ॥

shrinath.udupa@gmail.com

॥ ಆಚಮನಮ್ ॥

(ಬಲಗೈ ಅಂಗುಷ್ಠದ ತುದಿಯನ್ನು ನಡುಬೆರಳ ಮಧ್ಯಗಂಟಿಗೆ ತಗಲಿಸಿ ಅಂಗೈಯನ್ನು ಗೋಕರ್ಣಾಕೃತಿ ಮಾಡಿ, ಕನಿಷ್ಠ ಬೆರಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಮಾಡಿ, ಉದ್ದಿನ ಕಾಳು ಮುಳುಗುವಷ್ಟು ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಬ್ರಹ್ಮತೀರ್ಥವೆನಿಸುವ ಅಂಗುಷ್ಠ ಮೂಲದಿಂದ ಶಬ್ದವಾಗದಂತೆ ನೀರನ್ನು ಸ್ವಾಹಾ ಮಂತ್ರದೊಂದಿಗೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಕುಡಿಯುವುದು)

ಓಂ ಋಗ್ವೇದಾಯ ಸ್ವಾಹಾ । ಓಂ ಯಜುರ್ವೇದಾಯ ಸ್ವಾಹಾ । ಓಂ ಸಾಮವೇದಾಯ ಸ್ವಾಹಾ।
(ಬಲಗೈ ಕವಚಿ ಎಡ ಅಂಗೈ ಮುಂಭಾಗ ಸವರುವುದು; ಅಂತೆಯೇ ಎಡ ಅಂಗೈ ಕವಚಿ ಬಲ ಅಂಗೈ ಸವರುವುದು)

ಅಥರ್ವಣವೇದಾಯ ನಮಃ । ಇತಿಹಾಸ ಪುರಾಣೇಭ್ಯೋ ನಮಃ ।
ಅಗ್ನಯೇ ನಮಃ । ಅಗ್ನಯೇ ನಮಃ । *(ಅಂಗೈಯಿಂದ ತುಟಿ ಮುಟ್ಟುವುದು)*
ಸೂರ್ಯಾಯ ನಮಃ । ಚಂದ್ರಾಯ ನಮಃ । *(ಅಂಗುಷ್ಠ ತರ್ಜನೀ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಬಲ-ಎಡ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದು)*
ವಾಯವೇ ನಮಃ । ಪ್ರಾಣಾಯ ನಮಃ । *(ಅಂಗುಷ್ಠ ಮಧ್ಯಮ ಬೆರಳಿನಿಂದ ಬಲ-ಎಡ ಮೂಗಿನರಂಧ್ರ)*
ದಿಗ್ಭ್ಯೋ ನಮಃ । ದಿಗ್ಭ್ಯೋ ನಮಃ । *(ಹೆಬ್ಬೆರಳು ಅನಾಮಿಕಗಳಿಂದ ಬಲ- ಎಡ ಕಿವಿ)*
ಇಂದ್ರಾಯ ನಮಃ । ಇಂದ್ರಾಯ ನಮಃ । *(ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟು ಕಿರಿಬೆರಳಿನಿಂದ ಬಲ-ಎಡ ಭುಜ)*
ಪೃಥಿವ್ಯೈ ನಮಃ । ಪೃಥಿವ್ಯೈ ನಮಃ । *(ಎಲ್ಲಾ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಬಲ-ಎಡ ಪಾದ)*
ಅಂತರಿಕ್ಷಾಯ ನಮಃ । ಅಂತರಿಕ್ಷಾಯ ನಮಃ । *(ಎಲ್ಲಾ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಬಲ-ಎಡ ಮೊಣಕಾಲಗಂಟು)*
ದಿವೇ ನಮಃ । (ಎಲ್ಲಾ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಲಿಂಗ ಸ್ಥಾನವನ್ನು) ಬ್ರಹ್ಮಣೇ ನಮಃ ।*(ಹೊಕ್ಕಳನ್ನು)*
ವಿಷ್ಣವೇ ನಮಃ । *(ಹೃದಯವನ್ನು)* ಶಿವಾಯ ನಮಃ । *(ತಲೆಯನ್ನು)*
ಹೀಗೆಯೇ ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.

॥ ಭಸ್ಮಧಾರಣಮ್ ॥

ಮಾನಸ್ತೋಕೇತಿ ಕುತ್ಸೋ ರುದ್ರೋ ಜಗತೀ ಭಸ್ಮಧಾರಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।
(ಭಸ್ಮವನ್ನು ಅಂಗೈಗೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ನೀರು ಹಾಕಿ ಎರಡೂ ಅಂಗೈಗಳಿಂದ ತಿಕ್ಕಿ ಅನಾಮಿಕ ಮಧ್ಯಮ ಮತ್ತು ತರ್ಜನಿ ಬೆರಳುಗಳಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಿಡಿಯುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು)

ಮಾನಸ್ತೋಕೇ ತನಯೇ ಮಾನ ಆಯೌ ಮಾನೋ ಗೋಷು ಮಾನೋ ಅಶ್ವೇಷು ರೀರಿಷಃ ।
ವೀರಾನ್ಮಾನೋ ರುದ್ರಭಾಮಿತೋವಧೀರ್ಹವಿಷ್ಮಂತಃ ಸದಮಿತ್ತ್ವಾ ಹವಾಮಹೇ ॥

ತ್ರ್ಯಾಯುಷಂ ಜಮದಗ್ನೇರಿತಿ ಲಲಾಟೇ ।*(ಆ ಮೂರು ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಹಣೆಗೆ ಹಚ್ಚುವುದು)*

shrinath.udupa@gmail.com

ಕಶ್ಯಪಸ್ಯ ತ್ರ್ಯಾಯುಷಮಿತಿ ಕಂಠೇ । *(ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ)*
ಅಗಸ್ತ್ಯಸ್ಯ ತ್ರ್ಯಾಯುಷಮಿತಿ ನಾಭೌ । *(ಹೊಕ್ಕುಳ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ)*
ಯದ್ದೇವಾನಾಂ ತ್ರ್ಯಾಯುಷಮಿತಿ ದಕ್ಷಿಣ ಸ್ಕಂಧೇ । *(ಬಲ ಭುಜ)*
ತನ್ಮೇ ಅಸ್ತು ತ್ರ್ಯಾಯುಷಮಿತಿ ವಾಮ ಸ್ಕಂಧೇ । *(ಎಡ ಭುಜ)*
ಸರ್ವಮಸ್ತು ಶತಾಯುಷಮಿತಿ ಶಿರಸಿ । *(ತಲೆಗೆ)*
ಬಲಾಯುಷಮಿತಿ ಸರ್ವಾಂಗೇ । *(ಕೈಗಂಟುಗಳ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಕೆಳಗೆ, ಹೃದಯಕ್ಕೆ, ಎದೆಯ ಎರಡೂ ಬದಿಗೆ, ಬೆನ್ನಿಗೆ ಲೇಪಿಸುವುದು. ಬಳಿಕ ಎರಡು ಬಾರಿ ಆಚಮನ ಮಾಡುವುದು)*

॥ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ॥

ಪ್ರಣವಸ್ಯ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಋಷಿಃ । *(ತಲೆ ಮುಟ್ಟುವುದು)* ದೈವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । *(ಬಾಯಿ ಮುಟ್ಟುವುದು)* ಪರಮಾತ್ಮಾ ದೇವತಾ । *(ಎದೆ ಮುಟ್ಟುವುದು)*
(ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಯು ಬಲಗೈಯ ಕನಿಷ್ಠ ಅನಾಮಿಕ ಅಂಗುಷ್ಠ ಬೆರಳುಗಳಿಂದಲೂ, ಗೃಹಸ್ಥನು ಐದೂ ಬೆರಳುಗಳಿಂದಲೂ ನಾಸಾಗ್ರವನ್ನು ಹಿಡಿದು ಬಲರಂಧ್ರದಿಂದ ವಾಯುವನ್ನು ಹೊರಗೆ ಬಿಟ್ಟು ಎಡರಂಧ್ರದಿಂದ ವಾಯುವನ್ನು ಎಳೆದುಕೊಂಡು ಎರಡು ರಂಧ್ರಗಳನ್ನು ಬಿಗಿಹಿಡಿದು ಮುಂದಿನ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಮೂರು ಬಾರಿ ಜಪಿಸಬೇಕು)

ಓಂ ಭೂಃ । ಓಂ ಭುವಃ । ಓಂ ಸುವಃ । ಓಂ ಮಹಃ । ಓಂ ಜನಃ । ಓಂ ತಪಃ । ಓಂ ಸತ್ಯಂ। ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ । ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥

ಓಂ ಆಪೋಜ್ಯೋತಿರಸೋಽಮೃತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂರ್ಭುವಸ್ವರೋಂ । *(ಬಲಗೈಯಲ್ಲಿ ತುಸುನೀರನ್ನು ಹಿಡಿದು ತಲೆಗೆ ಸುತ್ತರಿಸಿ ಬಲ ಮೊಣಕಾಲ ಗಂಟಿನಮೇಲೆ ಎಡ ಹಸ್ತವನ್ನಿಟ್ಟು ನೀರು ಹಾಕಿ ಬಲ ಹಸ್ತದಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ ಹಿಡಿದು)*
ಮಮೋಪಾತ್ತ ದುರಿತಕ್ಷಯ ದ್ವಾರಾ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಪ್ರಾತಃ / ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾಮುಪಾಸಿಷ್ಯೇ । *(ನೀರನ್ನು ಬಿಡುವುದು)*

॥ ಮಾರ್ಜನಮ್ ॥

ಆಪೋಹಿಷ್ಠೇತಿ ತಿಸೃಣಾಂ ಅಂಬರೀಷ ಸಿಂಧುದ್ವೀಪ ಋಷಿಃ । ಆಪೋ ದೇವತಾಃ । ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಮಾರ್ಜನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥
(ಎಡಗೈಯಿಂದ ಸೌಟಿನಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಬಲಗೈ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಪೋಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ)

ಓಂ ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ ಮಯೋಭುವಃ । *(ಹೃದಯಕ್ಕೆ)* ತಾನ ಊರ್ಜೇ ದಧಾತನ । *(ಎದೆಯ*

shrinath.udupa@gmail.com

ಕೆಳಗೆ) ಮಹೇರಣಾಯ ಚಕ್ಷಸೇ । *(ಎದೆಯ ಮೇಲ್ಭಾಗಕ್ಕೆ)* ಯೋ ವಃ ಶಿವತಮೋರಸಃ । *(ಬಲಭಾಗಕ್ಕೆ)* ತಸ್ಯ ಭಾಜಯತೇ ಹನಃ। *(ಎಡಭಾಗಕ್ಕೆ)* ಉಶತೀರಿವ ಮಾತರಃ । *(ಬೆನ್ನಿಗೆ)* ತಸ್ಮಾ ಅರಂಗ ಮಾಮವಃ । *(ಮುಖಕ್ಕೆ)* ಯಸ್ಯ ಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ । *(ಕೆಳಭಾಗಕ್ಕೆ)* ಆಪೋ ಜನಯಥಾಚನಃ। *(ಸರ್ವಾಂಗಕ್ಕೆ)*

॥ ಮಂತ್ರಾಚಮನಮ್ ॥

ಸೂರ್ಯಶ್ಚೇ/ಅಗ್ನಿಶ್ಚೇ ತ್ಯನುವಾಕಸ್ಯ ಮಂತ್ರಸ್ಯ। ಯಾಜ್ಞವಲ್ಕ್ಯ ಉಪನಿಷದ ಋಷಿಃ । ಸೂರ್ಯ/ಅಗ್ನಿ ಮಾಮನ್ಯು ಮನ್ಯುಪತಯೋ ದೇವತಾಃ । ಪ್ರಕೃತಿಶ್ಛಂದಃ । ಅಭ್ಯಂತರ ಶುದ್ಧ್ಯರ್ಥೇ ಮಂತ್ರಾಚಮನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ । *(ಬಲಗೈ ಗೋಕರ್ಣಾಕೃತಿ ಹಸ್ತದಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು)*

ಓಂ ಸೂರ್ಯಶ್ಚ/ಅಗ್ನಿಶ್ಚ ಮಾಮನ್ಯುಶ್ಚ ಮನ್ಯುಪತಯಶ್ಚ ಮನ್ಯುಕೃತೇಭ್ಯಃ । ಪಾಪೇಭ್ಯೋ ರಕ್ಷಂತಾಂ । ಯದ್ರಾತ್ರ್ಯಾ/ಯದಹ್ನಾ ಪಾಪಮಕಾರ್ಷಮ್ । ಮನಸಾ ವಾಚಾ ಹಸ್ತಾಭ್ಯಾಂ । ಪದ್ಭ್ಯಾಮುದರೇಣ ಶಿಶ್ನಾ । ರಾತ್ರಿ/ಅಹ ಸ್ತದವಲುಂಪತು । ಯತ್ಕಿಂಚ ದುರಿತಂಮಯಿ । ಇದಮಹಂಮಾಮಮೃತಯೋನೌ । ಸೂರ್ಯೇ / ಸತ್ಯೇ ಜ್ಯೋತಿಷಿ ಜುಹೋಮಿ ಸ್ವಾಹಾ ॥
(ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದು. ಸೂರ್ಯ, ಅಗ್ನಿ , ಇಂದ್ರ ಮೊದಲಾದ ದೇವತೆಗಳು ನಾವು ಮಾಡಿದ ಪಾಪವನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲೆಂಬ ಭಾವನೆ. ಪುನಃ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು)

॥ ದ್ವಿತೀಯ ಮಾರ್ಜನಮ್ ॥

ಆಪೋಹಿಷ್ಠೇತಿ ನವರ್ಚಸ್ಯ ಸೂಕ್ತಸ್ಯ ಅಂಬರೀಷ ಸಿಂಧುದ್ವೀಪ ಋಷಿಃ । ಆಪೋ ದೇವತಾಃ । ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ ।ಪಂಚಮೀ ವರ್ಧಮಾನಾ । ಸಪ್ತಮೀ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾ । ಅಂತ್ಯೇ ದ್ವೇ ಅನುಷ್ಟುಭೌ । ಮಾರ್ಜನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥ *(ನೀರನ್ನು ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ)*

ಓಂ ಆಪ್ತೋಹಿಷ್ಠಾ.....ಆಪೋ ಜನಯಥಾಚನಃ ॥ ಶಂನೋ ದೇವೀರಭಿಷ್ಟಯ ಆಪೋಭವಂತು ಪೀತಯೇ । ಶಂ ಯೋ ರಭಿಸ್ರವಂತುನಃ ॥ ಈಶಾನಾಂ ವಾರ್ಯಾಣಾಂ ಕ್ಷಯಂತೀಶ್ಚರ್ಷಣೀನಾಮ್ । ಅಪ್ಸು ಯಾ ಚಾಮಿ ಭೇಷಜಂ ॥ ಅಪ್ಸು ಮೇ ಸೋಮೋ ಅಬ್ರವೀದಂತರ್ವಿಶ್ವಾನಿ ಭೇಷಜಾ । ಅಗ್ನಿಂ ಚ ವಿಶ್ವ ಶಂಭುವಮ್ ॥ ಆಪಃ ಪ್ರಣೀತ ಭೇಷಜಂ ವರೂಥಂ ತನ್ವೇ ೨ ಮಮ। ಜ್ಯೋಕ್ಚ ಸೂರ್ಯಂದೃಶೇ ॥ ಇದಮಾಪಃ ಪ್ರವಹತ ಯತ್ಕಿಂಚ ದುರಿತಂ ಮಯಿ । ಯದ್ವಾಹಮಭಿ ದುದ್ರೋಹ ಯದ್ವಾಶೇಪ ಉತಾನೃತಮ್ ॥ ಆಪೋ

shrivathsadupa@gmail.com

ಅದ್ಯಾನ್ನವಚಾರಿಷ್ಟಂ ರಸೇನ ಸಮಗಸ್ಮಹಿ । ಪಯಸ್ವಾನಗ್ನ ಆಗಹಿ ತಂ ಮಾಸಂಸೃಜ ವರ್ಚಸಾ ॥

॥ ಅಘಮರ್ಷಣಮ್ ॥

ಋತಂಚೇತ್ಯಸ್ಯ ಮಂತ್ರಸ್ಯ । ಮಾಧುಚ್ಛಂದಸೋ ಅಘಮರ್ಷಣ ಋಷಿಃ । ಭಾವ ವೃತ್ತಂ ದೇವತಾ । ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ । ಅಘಮರ್ಷಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

(ಬಲಗೈ ಗೋಕರ್ಣಾಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು)

ಓಂ ಋತಂ ಚ ಸತ್ಯಂ ಚಾಭೀದ್ಧಾತ್ತಪಸೋಽಧ್ಯಜಾಯತ । ತತೋ ರಾತ್ರ್ಯಜಾಯತ ತತಃ ಸಮುದ್ರೋ ಅರ್ಣವಃ । ಸಮುದ್ರಾದರ್ಣವಾ ದಧಿ ಸಂವತ್ಸರೋ ಅಜಾಯತ । ಅಹ್ನೋ ರಾತ್ರಾಣಿ ವಿದಧದ್ವಿಶ್ವಸ್ಯ ಮಿಷತೋವಶೀ ॥ ಸೂರ್ಯಾಚಂದ್ರಮಸೌಧಾತಾಯಥಾ ಪೂರ್ವಮಕಲ್ಪಯತ್ । ದಿವಂ ಚ ಪೃಥಿವೀಂ ಚಾಂತರಿಕ್ಷಮಥೋ ಸ್ವಃ ॥

(ಬಲಗೈ ನೀರನ್ನು ಮೂಗಿನವರೆಗೆ ಎತ್ತಿ ಬಲಮೂಗಿನ ಮೂಲಕ ಕ್ರೂರನಾದ ಪಾಪಪುರುಷನನ್ನು ಉಸಿರಿನೊಡನೆ ಹೊರಗೆ ಆ ನೀರಿಗೆ ಹಾಕಿದ್ದಾಗಿ ಭಾವಿಸಿ, ಅನಂತರ ಅದನ್ನು ನೋಡದೇ, ಎಡ ಪಾರ್ಶ್ವದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಾಶವಾದ ವಜ್ರಶಿಲೆಯು ಇರುವುದಾಗಿ ಭಾವಿಸಿ, ನೀರನ್ನು ಅದರ ಮೇಲೆ ರಭಸದಿಂದ ಬಿಸಾಡಬೇಕು. ಇದಕ್ಕೆ ಪಾಪ ವಿಸರ್ಜನವೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಬಳಿಕ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು)

॥ ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಮ್ ॥

ಮಮೋಪಾತ್ತ ಸಮಸ್ತ ದುರಿತಕ್ಷಯದ್ವಾರಾಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಪ್ರಾತಃ/ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ । *(ಸೌಟಿನಲ್ಲಿ ನೀರು ಬಿಡುವುದು. ಅನಂತರ ಅರ್ಘ್ಯ ಕೊಡುವುದು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನಕ್ಷತ್ರಗಳು ಮರೆಯಾಗುವ ಮೊದಲು, ಸಂಜೆ ಸೂರ್ಯ ಅಸ್ತವಾಗುವ ಮೊದಲು ಅರ್ಘ್ಯ ನೀಡಬೇಕು. ತಪ್ಪಿದರೆ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾರ್ಘ್ಯ ನೀಡಬೇಕು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನಿಂತು ಪೂರ್ವಕ್ಕೆ ನೀಡಿ ಸಂಜೆ ಕುಳಿತು ಪಶ್ಚಿಮಕ್ಕೆ ನೀಡಬೇಕು. ಮೊದಲು ಕ್ರಮವಾದ ಅರ್ಘ್ಯ ನೀಡಿ ಆನಂತರ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾರ್ಘ್ಯ ನೀಡುವುದು ವಾಡಿಕೆ. ಅಂಗೈ ಜೋಡಿಸಿ ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿ ಬೊಗಸೆಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಬಿಡುವುದು)*

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವಃ । ತತ್ಸವಿತು.....ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥ *(ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ ಮೂರು ಬಾರಿ ಅರ್ಘ್ಯ ನೀಡುವುದು)*

ಪ್ರಾತಃ / ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾಕಾಲಾತೀತ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾರ್ಘ್ಯಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥

ಯದದ್ಯೇತ್ಯಸ್ಯ / ಉದ್ವೇದಭೀತ್ಯಸ್ಯ ಮಂತ್ರಸ್ಯ । ಆಂಗಿರಸಃ ಸುಕಕ್ಷ ಋಷಿಃ । ಸೂರ್ಯೋ / ಅಗ್ನಿರ್ ದೇವತಾ । ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾರ್ಘ್ಯ ಪ್ರದಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

shrinath.udupa@gmail.com

(ಪ್ರಾತಃ) ಯದದ್ಯಕಚ್ಛ ವೃತ್ರಹನ್ನುದಗಾ ಅಭಿ ಸೂರ್ಯ । ಸರ್ವಂತದಿಂದ್ರ ತೇವಶೇ ॥
(ಅರ್ಘ್ಯ ನೀಡುವುದು)

(ಸಾಯಂ) ಉದ್ಧ್ಯೇದಭಿ ಶ್ರುತಾಮಘಂ ವೃಷಭಂ ನರ್ಯಾಪಸಂ । ಅಸ್ತಾರಮೇಷಿ ಸೂರ್ಯ॥

ಓಂ ಆಪೋಜ್ಯೋತಿರಸೋಮೃತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವರೋಮ್ । ಅಸಾವಾದಿತ್ಯೋ ಬ್ರಹ್ಮ (ಬಲಗೈಯಲ್ಲಿ ತುಸು ನೀರು ಹಿಡಿದು ಒಂದು ಸುತ್ತು ಬಂದು ಕೆಳಗೆ ಬಿಡುವುದು. ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ತರ್ಪಣ ನೀಡುವುದು. ಮುಂದಿನ ಒಂದೊಂದು ಮಂತ್ರದಿಂದ ಒಂದೊಂದು ಸೌಟು ನೀರು ಬಲಗೈಗೆ ಹಾಕಿ ಬಿಡುವುದು)

॥ ತರ್ಪಣಮ್ ॥

ಓಂ ಭೂಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಓಂ ಭುವಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಓಂ ಸ್ವಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ವಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಗಾಯತ್ರೀಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಸಾವಿತ್ರೀಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಸರಸ್ವತೀಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ ನಾರಾಯಣಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಓಂ ನಮಃ ಶಿವಾಯ ಶಿವಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ॥ (ಆಚಮನ ಮಾಡುವುದು)

॥ ಜಪಃ ॥

॥ ಗುರು ಗಣೇಶ ಸ್ತುತಿಃ ॥

ಓಂ ಶ್ರೀ ಗುರವೇ ನಮಃ ।

ಗುರುರ್ಬ್ರಹ್ಮಾ ಗುರುರ್ವಿಷ್ಣುರ್ಗುರುರ್ದೇವೋ ಮಹೇಶ್ವರಃ ।
ಗುರುಃ ಸಾಕ್ಷಾತ್ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ತಸ್ಮೈ ಶ್ರೀ ಗುರವೇ ನಮಃ ॥
ಶುಕ್ಲಾಂಬರಧರಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಶಶಿವರ್ಣಂ ಚತುರ್ಭುಜಮ್ ।
ಪ್ರಸನ್ನ ವದನಂ ಧ್ಯಾಯೇತ್ ಸರ್ವವಿಘ್ನೋಪ ಶಾಂತಯೇ ॥

॥ ಆಸನ ಶುದ್ಧಿಃ ॥

(ಕೈಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ತುಂಡು ನೂಲನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಭೂಮಿಯನ್ನು ಒಂದು ಬೆರಳಲ್ಲಿ ನೂಲು ಸಹಿತ ಮುಟ್ಟಿಕೊಂಡು)

ಪೃಥಿವ್ಯಾ ಮೇರು ಪೃಷ್ಠ ಋಷಿಃ । ಸುತಲಂ ಛಂದಃ । ಆದಿಕೂರ್ಮೋ ದೇವತಾ । ಆಸನ ಶುದ್ಧ್ಯರ್ಥೇ ಜಪೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಪೃಥ್ವಿತ್ವಯಾ ಧೃತಾ ಲೋಕಾ ದೇವಿತ್ವಂ ವಿಷ್ಣುನಾ ಧೃತಾ ।
ತ್ವಂ ಚ ಧಾರಯ ಮಾಂ ದೇವಿ ಪವಿತ್ರಂ ಕುರು ಚಾಸನಮ್ ।
ಅಪಸರ್ಪಂತು ತೇ ಭೂತಾಃ ಯೇ ಭೂತಾ ಭುವಿ ಸಂಸ್ಥಿತಾಃ ।
ಯೇ ಭೂತಾ ವಿಘ್ನಕರ್ತಾರಸ್ತೇನಶ್ಯಂತು ಶಿವಾಜ್ಞಯಾ ।

shrinath.udupa@gmail.com

ಅಪಕ್ರಾಮಂತು ಭೂತಾದ್ಯಾ ಯೇ ಭೂತಾ ಭುವಿಭಾರಕಾಃ ।
ತೇಷಾಮಪ್ಯವಿರೋಧೇನ ಜಪ ಕರ್ಮ ಸಮಾರಭೇ ॥

(ಕೈಯಲ್ಲಿದ್ದ ಒಂದು ನೂಲನ್ನು ನೈರ್ಋತ್ಯಕ್ಕೆ ಬಿಸಾಡಿ, ಮತ್ತೊಂದನ್ನು ಆಸನಕ್ಕೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಜಪಕ್ಕೆ ಆಸನ ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಂಡು ಭೂತಪಿಶಾಚಾದಿಗಳು ನಾಶವಾಗಲೆಂಬ ಭಾವನೆ)

॥ ಗುರು ನಮಸ್ಕಾರಃ ॥

ಶ್ರೀ ಗುರುಭ್ಯೋ ನಮಃ । ಪರಮ ಗುರುಭ್ಯೋ ನಮಃ । ಪರಮೇಷ್ಠಿ ಗುರುಭ್ಯೋ ನಮಃ ।
ಗುಂ ಗುರುಭ್ಯೋ ನಮಃ । ಗಂ ಗಣಪತಯೇ ನಮಃ । ದುಂ ದುರ್ಗಾಯೈ ನಮಃ ।
ಕ್ಷಂ ಕ್ಷೇತ್ರಪಾಲಾಯ ನಮಃ । ಸಂ ಸರಸ್ವತ್ಯೈ ನಮಃ । ಪಂ ಪರಮಾತ್ಮನೇ ನಮಃ ॥
(ಕೈ ಮುಗಿಯುವುದು - ಗುರು ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ಮಂತ್ರ ಸಿದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ)

॥ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಃ ಸಂಕಲ್ಪಃ ॥

(ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು) ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಪ್ರಾತಃ / ಸಾಯಂ ಗಾಯತ್ರೀ ಅಷ್ಟಾಕ್ಷರೀ ಪಂಚಾಕ್ಷರೀ ಮಹಾಮಂತ್ರ ಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ । *(ನೀರು ಬಿಡುವುದು)*
ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಹಾಮಂತ್ರಸ್ಯ ಗಾಧಿನೋ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಋಷಿಃ । *(ಶಿರಸ್ಸನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದು)* ದೈವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । *(ಮುಖ ಮುಟ್ಟುವುದು)* ಸವಿತಾ ದೇವತಾ । *(ಹೃದಯವನ್ನು)* ಶ್ರೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಹಾಮಂತ್ರ ಜಪೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

॥ ಕರನ್ಯಾಸಃ ॥

ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರ್ಹಾತ್ಮನೇ ಅಂಗುಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । *(ತರ್ಜನೀ ಬೆರಳತುದಿಯಿಂದ ಅಂಗುಷ್ಠದ ಬುಡದಿಂದ ತುದಿಯವರೆಗೆ ಮುಟ್ಟುವುದು)*
ಓಂ ವರೇಣ್ಯಂ ವಿಷ್ಣ್ವಾತ್ಮನೇ ತರ್ಜನೀಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । *(ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟಿನ ತುದಿಯಿಂದ ತರ್ಜನಿ ಬೆರಳ ಬುಡದಿಂದ ತುದಿಯವರೆಗೆ ಮುಟ್ಟುವುದು)*
ಓಂ ಭರ್ಗೋದೇವಸ್ಯ ರುದ್ರಾತ್ಮನೇ ಮಧ್ಯಮಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । *(ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟಿನ ತುದಿಯಿಂದ ಮಧ್ಯ ಬೆರಳ ಬುಡದಿಂದ ತುದಿಯವರೆಗೆ)*
ಓಂ ಧೀಮಹಿ ಈಶ್ವರಾತ್ಮನೇ ಅನಾಮಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । *(ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟು ಅನಾಮಿಕ)*
ಓಂ ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಸದಾಶಿವಾತ್ಮನೇ ಕನಿಷ್ಠಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । *(ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟು ಕನಿಷ್ಠ)*
ಓಂ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ಸರ್ವಾತ್ಮನೇ ಕರತಲಕರಪೃಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । *(ಬಲ ಅಂಗೈಯಿಂದ ಎಡಕ್ಕೆ ಬೆನ್ನನ್ನು, ಎಡ ಅಂಗೈಯಿಂದ ಬಲಕ್ಕೆ ಬೆನ್ನನ್ನು ಸವರುವುದು)*

॥ ಅಂಗ ನ್ಯಾಸಃ ॥

ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರ್ಹಾತ್ಮನೇ ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ । *(ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟನ್ನು ಅನಾಮಿಕ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯ*

shrinath.udupa@gmail.com

ಬೆರಳುಗಳ ನಡುವೆ ತುರುಕಿ ಕೈ ಮುಷ್ಠಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಹೃದಯ ಮುಟ್ಟುವುದು)

ಓಂ ವರೇಣ್ಯಂ ವಿಷ್ಣ್ವಾತ್ಮನೇ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ। (ತರ್ಜನಿ ಅಂಗುಷ್ಠ ಬೆರಳುಗಳ ತುದಿ ಕೂಡಿಸಿ ಉಳಿದ ಬೆರಳು ಮುಷ್ಠಿಮಾಡಿ ಶಿರಸ್ಸು ಮುಟ್ಟುವುದು)

ಓಂ ಭರ್ಗೋದೇವಸ್ಯ ರುದ್ರಾತ್ಮನೇ ಶಿಖಾಯೈ ವಷಟ್। (ಬಲಗೈ ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟು ನೆಟ್ಟಗೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಕೈ ಮುಷ್ಠಿಮಾಡಿ ತಲೆ ಹಿಂದೆ ಜುಟ್ಟಿನಂತೆ ನಿಲ್ಲಿಸುವುದು)

ಓಂ ಧೀಮಹಿ ಈಶ್ವರಾತ್ಮನೇ ಕವಚಾಯ ಹುಮ್। (ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟು ಮತ್ತು ತರ್ಜನಿ ಬೆರಳುಗಳ ತುದಿ ಮುಟ್ಟಿಸಿ ಉಳಿದ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಮಡಚದೆ ಬಲಗೈಯಿಂದ ಎಡಕುಚದ ತುದಿಯನ್ನು ಎಡಗೈಯಿಂದ ಬಲಕುಚದ ತುದಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದು)

ಓಂ ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಸದಾಶಿವಾತ್ಮನೇ ನೇತ್ರತ್ರಯಾಯ ವೌಷಟ್। (ತರ್ಜನಿ ಬೆರಳಿನಿಂದ ಬಲಗಣ್ಣು, ನಡುಬೆರಳಿನಿಂದ ಹುಬ್ಬುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಮತ್ತು ಅನಾಮಿಕ ಬೆರಳಿನಿಂದ ಎಡಗಣ್ಣು ಮುಟ್ಟುವುದು)

ಓಂ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ಸರ್ವಾತ್ಮನೇ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್। (ಬಲಗೈಯಿಂದ ಬೆನ್ನ ಮೇಲಿನ ಬತ್ತಳಿಕೆಯಿಂದ ಬಾಣ ತೆಗೆದಂತೆ ಮಾಡಿ, ಎಡಗೈಯಿಂದ ಬಿಲ್ಲಿನ ಹಗ್ಗ ಬಲಗೈಯಿಂದ ಎಳೆದು ಬಿಟ್ಟಂತೆ ಮಾಡಿ, ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ ಹೊಡೆದು ಒಮ್ಮೆ ಶಬ್ದವಾಗುವಂತೆ ಕೈ ತಟ್ಟುವುದು)

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಮ್ । ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ । ಧ್ಯಾನಮ್ ॥ (ಕೈಮುಗಿಮಕೊಳ್ಳುವುದು)

॥ ಧ್ಯಾನಮ್ ॥

ಮಂದಾರಾಹ್ವಯ ರೋಚನಾಂಜನ ಜಪಾಖ್ಯಾಭೈರ್ಮುಖೈರಿಂದುಮದ್ರತ್ನೋದ್ಯನ್ಮುಕುಟಾಂಶು
ಸಂತತಚತುರ್ವಿಂಶಾರ್ಣ ಚಿತ್ರಾತನುಃ । ಅಂಭೋಜೇರಿದರಾಹ್ವಯೌಗುಣಕಪಾಲಾಖ್ಯೇಚ
ಪಾಶಾಂಕುಶೇಷ್ಟಾಭೀತೀರ್ದಧತೀ ಭವೇದ್ಭವದಭೀಷ್ಟೋತ್ತಾರಿಣೇ ತಾರಿಣೇ ॥

॥ ಮುದ್ರಾಃ ॥

(ಈ ಇಪ್ಪತ್ತನಾಲ್ಕು ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಸಿಕೊಂಡು ಕಲಿತು ಮಾಡುವುದು)

ಸುಮುಖಂ ಸಂಪುಟಂ ಚೈವ ವಿತತಂ ವಿಸ್ತೃತಂ ತಥಾ।
ದ್ವಿಮುಖಂ ತ್ರಿಮುಖಂ ಚೈವ ಚತುಷ್ಪಂಚ ಮುಖಂ ತಥಾ ॥
ಷಣ್ಮುಖಾಧೋಮುಖಂ ಚೈವ ವ್ಯಾಪಕಾಂಜಲಿಕಂ ತಥಾ ।
ಶಕಟಂ ಯಮಪಾಶಂ ಚ ಗ್ರಂಥಿತಂ ಚೋಲ್ಮುಖೋಲ್ಮುಖಮ್ ॥
ಪ್ರಲಂಬಂ ಮುಷ್ಟಿಕಂ ಚೈವ ಮತ್ಸ್ಯಃ ಕೂರ್ಮವರಾಹಕೌ ।
ಸಿಂಹಾಕ್ರಾಂತಂ ಮಹಾಕ್ರಾಂತಂ ಮುದ್ಗರಂ ಪಲ್ಲವಂ ತಥಾ ॥
ಏತಾ ಮುದ್ರಾಶ್ಚತುರ್ವಿಶದ್ಗಾಯತ್ರೀ ಸುಪ್ರತಿಷ್ಠಿತಾ ।
ಏತಾ ಮುದ್ರಾ ನ ಜಾನಾತಿ ಗಾಯತ್ರೀ ನಿಷ್ಫಲಾ ಭವೇತ್ ॥

(ಅಂಗೈಗಳನ್ನು ಬೊಗಸೆ ಮಾಡಿ ಹೊರಗಿನಿಂದ ತನ್ನ ಒಳಗೆ ತರುವಂತೆ ತಿರುಗಿಸುತ್ತಾ...)

shrinath.udupa@gmail.com

ಓಂ ಗಾಯತ್ರೀಮಾವಾಹಯಾಮಿ । ಓಂ ಸಾವಿತ್ರೀಮಾವಾಹಯಾಮಿ । ಓಂ ಸರಸ್ವತೀಮಾವಾಹಯಾಮಿ ॥

॥ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪಃ ॥

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವಃ । ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ । ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥

(ಕೈಗೆ ವಸ್ತ್ರ ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಬೆರಳುಗಳ ಗಂಟುಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ಲೆಕ್ಕ ಮಾಡುತ್ತಾ 1000, 108, 48, 28 ಅಥವಾ 10 ಬಾರಿಯಾದರೂ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ಮಾಡಬೇಕು. ಪುನಃ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಮಿತಿ ದಿಗ್ಬಿಮೋಕಃ ಧ್ಯಾನಂ । ಮಂದಾರಾ.....ತಾರಿಣೀ)

(ಗಾಯತ್ರಿಯ ಸಾರಾಂಶ :- ಜ್ಞಾನ ಸ್ವರೂಪನಾದ, ಸಕಲ ಜಗತ್ತಿನ ಸೃಷ್ಟಿ ಸ್ಥಿತಿ ಸಂಹಾರ ಕರ್ತನಾದ ಭಗವಂತನ, ಆಶ್ರಯಿಸಲಿಕ್ಕೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸುಡುವ, ಈ ಸೂರ್ಯಮಂಡಲದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಿಸಲಿಕ್ಕೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಸತ್ಯಜ್ಞಾನ ಸ್ವರೂಪನಾದ ಆತನು ನಮಗೆ ತತ್ತ್ವಜ್ಞಾನಗಳನ್ನು ಪ್ರೇರಿಸಲಿ.)

॥ ಪ್ರಾತಃ ಉಪಸ್ಥಾನಮ್ ॥

ಮಿತ್ರಸ್ಯೇತಿ ತ್ರ್ಯರ್ಚಾನಾಂ । ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಋಷಿಃ । ಆದ್ಯಾಗಾಯತ್ರೀ ದ್ವೇ ತ್ರಿಷ್ಟುಭೌ ಛಂದಾಂಸಿ। ಮಿತ್ರೋ ದೇವತಾ । ಉಪಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

(ಸೂರ್ಯನಿಗೆ ಮುಖಮಾಡಿ ನಿಂತು ಕೈಮುಗಿದುಕೊಂಡು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವುದು)

ಓಂ ಮಿತ್ರಸ್ಯ ಚರ್ಷಣೀ ಧೃತೋಽವೋ ದೇವಸ್ಯ ಸಾನಸಿ । ದ್ಯುಮ್ನಂ ಚಿತ್ರಶ್ರವಸ್ತಮಮ್॥ ಮಿತ್ರೋ ಜನಾನ್ಯಾತಯತಿ ಬ್ರುವಾಣೋ ಮಿತ್ರೋ ದಾಧಾರ ಪೃಥಿವೀ ಮುತದ್ಯಾಮ್ । ಮಿತ್ರಃ ಕೃಷ್ಟೀರನಿಮಿಷಾಭಿಚಷ್ಟೇ ಮಿತ್ರಾಯ ಹವ್ಯಂ ಘೃತವಜ್ಜುಹೋತ ॥ ಪ್ರಸಮಿತ್ರ ಮತೀರ್ ಅಸ್ತು ಪ್ರಯಸ್ವಾನ್ಯಸ್ತ ಆದಿತ್ಯ ಶಿಕ್ಷತಿ ವ್ರತೇನ । ನಹನ್ಯತೇ ನ ಜೀಯತೇ ತೋವೋ ನೈನಮಂಹೋ ಅಶ್ನೋತ್ಯಂತಿ ತೋ ನ ದೂರಾತ್ ॥

॥ ಸಾಯಂ ಉಪಸ್ಥಾನಮ್ ॥

(ಪಶ್ಚಿಮಕ್ಕೆ ಮುಖಮಾಡಿ ನಿಂತು) ಇಮಂಮೇ ವರುಣ ತತ್ತ್ವಾಯಾಮೀತಿ ಋಚೋ ರಾಜೇಗರ್ತಃ ಶುನಃಶೇಫ ಋಷಿಃ । ವರುಣೋ ದೇವತಾ । ಆದ್ಯಾ ಗಾಯತ್ರೀ ದ್ವಿತೀಯಾ ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ । ವರುಣೋಪಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಇಮಂ ಮೇ ವರುಣ ಶ್ರುಧೀಹವ ಮದ್ಯಾಚ ಮೃಳಯ । ತ್ವಾಮ ವಸ್ಯುರಾಚಕೇ ॥ ತತ್ತ್ವಾಯಾಮಿ

shrinath.udupa@gmail.com

ಬ್ರಹ್ಮಣಾ ವಂದಮಾನಸ್ತದಾಶಾಸ್ತೇ ಯಜಮಾನೋ ಹವಿರ್ಭಿಃ। ಅಹೇಳಮಾನೋ ವರುಣೇಹ ಬೋಧ್ಯುರುಶಂ ಸ ಮಾನ ಆಯುಃ ಪ್ರಮೋಷೀಃ ॥

(ನಿಂತು ಪ್ರಾತಃ ಪೂರ್ವ (ಇಂದ್ರ)/ಸಾಯಂ ಪಶ್ಚಿಮ (ವರುಣ) ದಿಂದ ಆರಂಭಮಾಡಿ ಅಷ್ಟ ದಿಕ್ಕುಗಳಿಗೆ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆ ಬರುತ್ತಾ ನಮಸ್ಕರಿಸುವುದು)

ಓಂ ಇಂದ್ರಾಯ ನಮಃ । ಓಂ ಅಗ್ನಯೇ ನಮಃ । ಓಂ ಯಮಾಯ ನಮಃ । ಓಂ ನಿರ್ಋತಯೇ ನಮಃ । ಓಂ ವರುಣಾಯ ನಮಃ । ಓಂ ವಾಯವೇ ನಮಃ । ಓಂ ಸೋಮಾಯ ನಮಃ । ಓಂ ಈಶಾನಾಯ ನಮಃ ॥

(ನಿಂತಲ್ಲೇ ನಾಲ್ಕು ಸುತ್ತು, ಸುತ್ತು ತಿರುಗುತ್ತಾ) ಓಂ ಭೂರಿದಂ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಮ್ । ಓಂ ಭುವರಿದಂ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಮ್ । ಓಂ ಸುವರಿದಂ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಮ್ । ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರಿದಂ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಮ್ ॥

(ಪೂರ್ವಕ್ಕೆ ಮುಖಮಾಡಿ ನಿಂತು) ಓಂ ಇಂದ್ರಶ್ರೇಷ್ಠಾನಿ ದ್ರವಿಣಾನಿ ಧೇಹಿ ಚಿತ್ತಿಂ ದಕ್ಷಸ್ಯ ಸುಭಗತ್ವಮಸ್ಮೇ । ಪೋಷಂ ರಯೀಣಾಮರಿಷ್ಟಿಂ ತನೂನಾಂ ಸ್ವಾದ್ಮಾನಂ ವಾಚಃ ಸುದಿನತ್ವಮಹ್ನಾಮ್ ॥

(ದಕ್ಷಿಣಕ್ಕೆ ಮುಖಮಾಡಿ) ಓಂ ಯಮಾಯ ಧರ್ಮರಾಜಾಯ ಮೃತ್ಯವೇ ಚಾಂತಕಾಯಚ । ವೈವಸ್ವತಾಯ ಕಾಲಾಯ ಸರ್ವಭೂತಕ್ಷಯಾಯ ಚ ॥ ಔದುಂಬರಾಯ ದಧ್ನಾಯ ನೀಲಾಯ ಪರಮೇಷ್ಠಿನೇ । ವೃಕೋದರಾಯ ಚಿತ್ರಾಯ ಚಿತ್ರಗುಪ್ತಾಯ ವೈ ನಮಃ ॥

(ಪಶ್ಚಿಮದಲ್ಲಿ) ಓಂ ಧ್ರುವಾಸುತ್ವಾಸು ಕ್ಷಿತಿಷು ಕ್ಷಿಯಂತ್ಸೋ ವ್ಯೂಷ್ಟಾಶ್ವಾಶ್ಚಂ ವರುಣೋ ಮುಮೋಚತ್ । ಅವೋ ವನ್ವಾನಾ ಅದಿತೇರುಪಸ್ಥಾದ್ಯೂಯಂ ಪಾತಃ ಸ್ವಸ್ತಿಭಿಃ ಸದಾ ನಃ ॥

(ಉತ್ತರದಲ್ಲಿ) ಓಂ ಋತಕ್ಕಸತ್ಯಂ ಪರಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಪುರುಷಂ ಕೃಷ್ಣ ಪಿಂಗಲಮ್ । ಊರ್ಧ್ವರೇತಂ ವಿರೂಪಾಕ್ಷಂ ವಿಶ್ವರೂಪಾಯ ವೈ ನಮಃ ॥

(ಸಾಯಂಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪಶ್ಚಿಮ ದಿಕ್ಕಿನಿಂದ ಆರಂಭಿಸಿ ಮೇಲಿನ ನಾಲ್ಕು ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಹೇಳಬೇಕು)

(ನಿಧಾನವಾಗಿ ಸುತ್ತು ತಿರುಗಿತ್ತಾ) ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ದೇವಾಯ ಗೋಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಹಿತಾಯ ಚ । ಜಗದ್ಧಿತಾಯ ಕೃಷ್ಣಾಯ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮೋ ನಮಃ ॥ ಆಕಾಶಾತ್ಪತಿತಂ ತೋಯಂ ಯಥಾ ಗಚ್ಛತಿ ಸಾಗರಮ್ । ಸರ್ವದೇವ ನಮಸ್ಕಾರಃ ಕೇಶವಂ ಪ್ರತಿಗಚ್ಛತಿ ॥

॥ ಅಭಿವಾದನಮ್ ॥

(ಬಲಗೈಯಿಂದ ಬಲಕಿವಿಯನ್ನು ಎಡಗೈಯಿಂದ ಎಡಕಿವಿಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ನಿಂತು ತಮ್ಮ

shrinath.udupa@gmail.com

ಗೋತ್ರ ಪ್ರವರಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ಹೆಸರು ಸೇರಿಸಿ ಹೇಳುವುದು)

ಅಭಿವಾದಯೇ .....(ಗೋತ್ರ).....ಪ್ರವರಾನ್ವಿತ .....
ಗೋತ್ರಃ ಆಶ್ವಲಾಯನ ಸೂತ್ರಃ ಋಕ್‌ಶಾಖಾಧ್ಯಾಯೀ .....(ಹೆಸರು) ಶರ್ಮಾऽಹಂ
ಭೋ ಅಭಿವಾದಯೇ ॥ *(ಎಡಗೈಯನ್ನು ಬಲಕ್ಕೂ ಬಲಗೈಯನ್ನು ಎಡಕ್ಕೂ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಭೂಮಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ ನಮಸ್ಕರಿಸುವುದು)*

॥ ಅಷ್ಟಾಕ್ಷರಿ ಮಹಾಮಂತ್ರ ಜಪಃ ॥

ಸಾಧ್ಯೋ ನಾರಾಯಣ ಋಷಿಃ । ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಪರಮಾತ್ಮಾ ದೇವತಾ । ಅಷ್ಟಾಕ್ಷರೀ ಜಪೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

॥ ಕರನ್ಯಾಸಃ ॥

ಕ್ರುದ್ಧೋಲ್ಕಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ಅಂಗುಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಮಹೋಲ್ಕಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ತರ್ಜನೀಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ವೀರೋಲ್ಕಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ಮಧ್ಯಮಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ದ್ಯುಲ್ಕಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ಅನಾಮಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಜ್ವಾಲೋಲ್ಕಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ಕನಿಷ್ಠಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಸಹಸ್ರೋಲ್ಕಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ಕರತಲಕರಪೃಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ॥ *(ಆಯಾ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಹಿಂದಿನಂತೆ ಮುಟ್ಟಬೇಕು)*

॥ ಹೃದಯಾದಿನ್ಯಾಸಃ ॥

ಕ್ರುದ್ಧೋಲ್ಕಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ । ಮಹೋಲ್ಕಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ । ವೀರೋಲ್ಕಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ಶಿಖಾಯೈ ವಷಟ್ । ದ್ಯುಲ್ಕಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ಕವಚಾಯ ಹುಮ್ । ಜ್ವಾಲೋಲ್ಕಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ನೇತ್ರತ್ರಯಾಯ ವೌಷಟ್ । ಸಹಸ್ರೋಲ್ಕಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್। ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವರೋಮ್ ॥ ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ ॥

॥ ಧ್ಯಾನಮ್ ॥

ಅರ್ಕೌಘಾಭಂ ಕಿರೀಟಾನ್ವಿತ ಮಕರಲಸತ್ಕುಂಡಲಂ ದೀಪ್ತಿರಾಜತ್ಕೇಯೂರಂ ಕೌಸ್ತುಭಾಭಂ ಶಬಲರುಚಿರಹಾರಂ ಸಪೀತಾಂಬರಂ ಚ । ನಾನಾರತ್ನಾಂಶುಭಿನ್ನಾಭರಣ ಶತಯುಜಂ ಶ್ರೀಧರಾಶ್ಲಿಷ್ಟಪಾರ್ಶ್ವಂ ವಂದೇ ದೋಸ್ಸಕ್ತಚಕ್ರಾಂಬುರುಹದರಗದಂ ವಿಶ್ವವಂದ್ಯಂ ಮುಕುಂದಮ್ ॥

ಓಂ ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ ।*(1008,108,28 ಬಾರಿ ಜಪಿಸಬೇಕು. ಪುನಃ ಹೃದಯನ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಂ ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧೋಕಃ । ಧ್ಯಾನಮ್ । ಅರ್ಕೌಘಾಭಂ .....ಮುಕುಂದಮ್ ।)*

॥ ಪಂಚಾಕ್ಷರೀ ಜಪಃ ॥

ವಾಮದೇವ ಋಷಿಃ । ಪಂಕ್ತಿ ಛಂದಃ । ಶ್ರೀ ಸಾಂಬಸದಾಶಿವರುದ್ರೋ ದೇವತಾ । ಶ್ರೀ

shrinath.udupa@gmail.com

ಪಂಚಾಕ್ಷರೀ ಜಪೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

॥ ಕರನ್ಯಾಸಃ ॥

ಓಂ ಅಂಗುಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ನಂ ತರ್ಜನೀಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಮಂ ಮಧ್ಯಮಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಶಿಂ ಅನಾಮಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ವಾಂ ಕನಿಷ್ಠಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಯಂ ಕರತಲಕರಪೃಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ॥

॥ ಹೃದಯ ನ್ಯಾಸಃ ॥

ಓಂ ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ । ನಂ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ । ಮಂ ಶಿಖಾಯೈ ವಷಟ್ । ಶಿಂ ಕವಚಾಯ ಹುಮ್ । ವಾಂ ನೇತ್ರತ್ರಯಾಯ ವೌಷಟ್ । ಯಂ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್। ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವರೋಮ್ ॥ ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ ॥

॥ ಧ್ಯಾನಮ್ ॥

ಬಿಭ್ರದ್ದೋರ್ಭಿಃಕುಠಾರಂ ಮೃಗಮಭಯವರೌ ಸುಪ್ರಸನ್ನೋ ಮಹೇಶಃ ಸರ್ವಾಲಂಕಾರದೀಪ್ತಃ ಸರಸಿಜನಿಲಯೋ ವ್ಯಾಘ್ರಚರ್ಮಾತ್ತ ವಾಸಾಃ । ಧ್ಯೇಯೋಮುಕ್ತಾಪರಾಗಾಮೃತ ರಸಕಲಿತಾದ್ರಿಪ್ರಭಃ ಪಂಚವಕ್ತ್ರಸ್ತ್ರ್ಯಕ್ಷಃಕೋಟೀರಕೋಟೀ ಘಟಿತತುಹಿನರೋಚಿಷ್ಕಳೋತ್ತುಂಗಮೌಲಿಃ ॥

॥ ಆವಾಹನಮ್ ॥

ಓಂ ಭೂಃ ಪಂಚಾಕ್ಷರೀಮಾವಾಹಯಾಮಿ । ಓಂ ಭುವಃ ಪಂಚಾಕ್ಷರೀಮಾವಾಹಯಾಮಿ । ಓಂ ಸ್ವಃ ಪಂಚಾಕ್ಷರೀಮಾವಾಹಯಾಮಿ । ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ವಃ ಪಂಚಾಕ್ಷರೀಮಾವಾಹಯಾಮಿ। ಓಂ ನಮಃ ಶಿವಾಯ । *(1008, 108, 28 ಜಪ ಮಾಡುವುದು. ಬಳಿಕ ಹೃದಯಾನ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಂ ಇತಿ ದಿಗ್ವಿಮೋಕಃ । ಧ್ಯಾನಮ್ । ಬಿಭ್ರದ್ದೋರ್ಭಿ .....ತುಂಗಮೌಲಿಃ ।)*

॥ ಸಮಾಪ್ತಿಃ ॥

ಕಾಯೇನವಾಚಾ ಮನಸೇಂದ್ರಿಯೈರ್ವಾ ಬುಧ್ಯಾತ್ಮನಾವಾ ಪ್ರಕೃತೇಃ ಸ್ವಭಾವಾತ್ । ಕರೋಮಿ ಯದ್ಯತ್ ಸಕಲಂ ಪರಸ್ಮೈ ನಾರಾಯಣಾಯೇತಿ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥ ಅನೇನ ಪ್ರಾತಃ / ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನ, ಗಾಯತ್ರೀ, ಅಷ್ಟಾಕ್ಷರೀ, ಪಂಚಾಕ್ಷರೀ ಮಹಾಮಂತ್ರ ಜಪಕರ್ಮಣಾ ಭಗವಾನ್ ಸರ್ವಾತ್ಮಕಃ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ॥ ಜಪಕಾಲೇ ಮಧ್ಯೇ ಮಂತ್ರತಂತ್ರ ಕ್ರಿಯಾಭಕ್ತಿಶ್ರದ್ಧಾದಿ ಸರ್ವಲೋಪಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾರ್ಥಂ ನಾಮತ್ರಯ ಜಪಮಹಂ ಕರಿಷ್ಯೇ । ಓಂ ಅಚ್ಯುತಾಯ ನಮಃ । ಓಂ ಅನಂತಾಯ ನಮಃ । ಓಂ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ ॥ ಹರಾಯ ನಮಃ । ಮೃಡಾಯ ನಮಃ । ಶಂಕರಾಯ ನಮಃ । *(ಮೂರು ಬಾರಿ ಉಚ್ಚರಿಸಬೇಕು)*

shrinath.udupa@gmail.com

ಓಂ ತದ್ವಿಷ್ಣೋಃ ಪರಮಂ ಪದಂ ಸದಾಪಶ್ಯಂತಿ ಸೂರಯಃ । ದಿವೀವ ಚಕ್ಷುರಾತತಮ್ ।
ತದ್ವಿಪ್ರಾಸೋವಿಪನ್ಯವೋ ಜಾಗೃವಾಂಸಃ ಸಮಿಂಧತೇ । ವಿಷ್ಣೋರ್ಯತ್ಪರಮಂ ಪದಮ್ ॥
(ಆಚಮನ ಮಾಡುವುದು)

॥ ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯಮ್ ॥

(ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ನಂತರ ಸಮಿಧ, ಅಕ್ಷತೆಕಾಳು, ಜಲಪಾತ್ರೆಯೊಂದಿಗೆ ಪೂರ್ವದಿಕ್ಕಿಗೆ ಅಗ್ನಿಗೆ ಅಭಿಮುಖವಾಗಿ ಕುಳಿತು ಆಚಮನ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿ)
ಮಮೋಪಾತ್ತದುರಿತಕ್ಷಯ ದ್ವಾರಾ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಪ್ರಾತಃ/ಸಾಯಂ ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥ *(ನೀರು ಬಿಡುವುದು)*
ಓಂ ಅಗ್ನಿಂ ಪ್ರಜ್ವಲಿತಂ ವಂದೇ ಜಾತವೇದಂ ಹುತಾಶನಂ । ಸುವರ್ಣ ವರ್ಣ ಮನಲಂ ಸಮಿದ್ಧಂ ವಿಶ್ವತೋಮುಖಂ ॥ ಶ್ರೀ ಯಜ್ಞೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ ॥ *(ಅಕ್ಷತೆಕಾಳು ಹಾಕುವುದು)*
ಅದಿತೇನು ಮನ್ಯಸ್ವ । ಅನುಮತೇಽನು ಮನ್ಯಸ್ವ । ಸರಸ್ವತೇಽನು ಮನ್ಯಸ್ವ । ದೇವಸವಿತಃ ಪ್ರಸುವ ॥ *(ನಾಲ್ಕು ದಿಕ್ಕುಗೂ ನೀರು ಬಿಡುವುದು)*
(ಕೈಯಲ್ಲಿ ಸಮಿಧ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು) ಅಗ್ನಯೇ ಸಮಿಧಮಿತ್ಯಸ್ಯ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭ ಋಷಿಃ। ಬೃಹತೀ ಛಂದಃ । ಅಗ್ನಿರ್ದೇವತಾ । ಸಮಿಧಾದಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಅಗ್ನಯೇ ಸಮಿಧ ಮಾಹಾರ್ಷಂ ಬೃಹತೇ ಜಾತವೇದಸೇ । ತಯಾತ್ವಮಗ್ನೇ ವರ್ಧಸ್ವ ಸಮಿಧಾ ಬ್ರಹ್ಮಣಾವಯಂ ಸ್ವಾಹಾ ॥ ಅಗ್ನಯ ಇದಂ ನಮಮ ॥ *(ಬೆಂಕಿಗೆ ಹಾಕುವುದು)*

(ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆದು ಅಗ್ನಿಗೆ ತೋರಿಸಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಅಗ್ನಿಯ ತೇಜಸ್ಸು ಮುಖಕ್ಕೆ ಬರಲೆಂಬ ಭಾವ)

ತೇಜಸಾ ಮಾ ಸಮನಜ್ಮಿ । *(ಮೂರು ಬಾರಿ ಕೈತೊಳೆದು ಇದೇ ರೀತಿ ಮಾಡುವುದು, ಬಳಿಕ ಅಕ್ಷತೆಕಾಳು ಹಿಡಿದು ನಿಂತು)* ಮಯಿಮೇಧಾಮಿತಿಷಣ್ಣಾಂ ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭ ಋಷಿಃ । ಆಸುರೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂಧಃ । ಪೂರ್ವೇಷಾಂ ತ್ರಯಾಣಾಂ ಅಗ್ನೀಂದ್ರ ಸೂರ್ಯೋ ದೇವತಾಃ । ಉತ್ತರೇಷಾಂ ತ್ರಯಾಣಾಂ ಅಗ್ನಿರ್ದೇವತಾ । ಅಗ್ನ್ಯುಪಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಮಯಿಮೇಧಾಂ ಮಯಿ ಪ್ರಜಾಂ ಮಯ್ಯಗ್ನಿಸ್ತೇಜೋ ದಧಾತು ॥ ಮಯಿಮೇಧಾಂ ಮಯಿ ಪ್ರಜಾಂ ಮಯೀಂದ್ರ ಇಂದ್ರಿಯಂ ದಧಾತು ॥ ಮಯಿಮೇಧಾಂ ಮಯಿ ಪ್ರಜಾಂ ಮಯಿ ಸೂರ್ಯೋ ಭ್ರಾಜೋ ದಧಾತು ॥ ಯತ್ತೇ ಅಗ್ನೇ ತೇಜಸ್ತೇನಾಹಂ ತೇಜಸ್ವೀ ಭೂಯಾಸಮ್ । ಯತ್ತೇ ಅಗ್ನೇ ವರ್ಚಸ್ತೇನಾಹಂ ವರ್ಚಸ್ವೀ ಭೂಯಾಸಮ್ । ಯತ್ತೇ ಅಗ್ನೇ ಹರಸ್ತೇನಾಹಂ ಹರಸ್ವೀ ಭೂಯಾಸಮ್ ॥ ಯಜ್ಞೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ ॥ *(ಅಗ್ನಿಗೆ ಹಾಕಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು.*

ಮಾನಸೋತ್ಕೇ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಅಗ್ನಿಯಿಂದ ವಿಭೂತಿ ತೆಗೆದು ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಅಕ್ಷತೆಕಾಳು ಹಿಡಿದು ನಿಂತುಕೊಂಡು)

ಓಂಚಮೇ ಸಾರಸ್ವತೋಽಗ್ನಿ ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ । ಅಗ್ನಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂಚಮ್ಮೇ ಸ್ವರಶ್ಚಮೇ ಯಜ್ಞೋಪವೀತೇ ನಮಶ್ಚ । ಯತ್ತೇನ್ಯೂನಂ ತಸ್ಮೈತ ಉಪಯತ್ತೇತಿ ರಿಕ್ತಂ ತಸ್ಮೈತೇ ನಮಃ ॥ ಅಗ್ನಯೇ ನಮಃ ॥ *(ಅಕ್ಷತೆಕಾಳು ಹಾಕಿ ಕೈಮುಗಿದು)* ಓಂ ಸ್ವಸ್ತಿ ॥

ಶ್ರದ್ಧಾಂ ಮೇಧಾಂ ಯಶಃ ಪ್ರಜ್ಞಾಂ ವಿದ್ಯಾಂ ಬುದ್ಧಿಂ ಶ್ರಿಯಂ ಬಲಮ್ । ಆಯುಷ್ಯಂ ತೇಜ ಆರೋಗ್ಯಂ ದೇಹಿ ಮೇ ಹವ್ಯವಾಹನ ॥ *(ಗೋತ್ರಾಭಿವಂದನಮ್)*

ಅನೇನ ಪ್ರಾತರ/ಸಾಯಮಗ್ನಿಕಾರ್ಯೇಣ ಭಗವಾನ್ ಸರ್ವಾತ್ಮಕಃ ಶ್ರೀ ಯಜ್ಞರೂಪೀ ಪರಮೇಶ್ವರಃ ಪ್ರೀಯತಾಮ್ । *(ನೀರು ಬಿಟ್ಟು ಆಚಮನ ಮಾಡುವುದು)*

॥ ಭೋಜನ ವಿಧಿಃ ॥

(ಬಲ ಅಂಗೈಗೆ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಹೇಳುತ್ತಾ ಅನ್ನವನ್ನು ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುವುದು)

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃ.....ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥ *(ಭೋಜನ ಪಾತ್ರದ ಸುತ್ತಲೂ ನೀರು ಬಿಡುತ್ತಾ) (ಹಗಲು)* ಸತ್ಯಂತ್ವರ್ತೇನ ಪರಿಷಿಂಚಾಮಿ । *(ರಾತ್ರಿ)* ಋತಂತ್ವಸತ್ಯೇನ ಪರಿಷಿಂಚಾಮಿ। *(ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಗಳಲ್ಲದವರು ಚಿತ್ರಾಹುತಿ ಹಾಕುವುದು - ಭೋಜನ ಪಾತ್ರೆಯ ಬಲಬದಿಯಲ್ಲಿ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ನೀರಿನ ಗೀಟು ಎಳೆದು ಅನ್ನದ ಆಹುತಿ ತೆಗೆದಿಡುವುದು)* ಓಂ ಚಿತ್ರಾಯ ಸ್ವಾಹಾ । ಓಂ ಚಿತ್ರಗುಪ್ತಾಯ ಸ್ವಾಹಾ । ಓಂ ಯಮಾಯ ಸ್ವಾಹಾ । ಓಂ ಯಮಧರ್ಮಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ॥ *(ಈ ರಾಶಿಯನ್ನು ಕೂಡಿಸಿ ಒಂದುಮಾಡಿ ನೀರು ಬಿಟ್ಟು ಊಟದ ಅನ್ನವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿಕೊಂಡು)* ಅಂತಶ್ಚರತಿ ಭೂತೇಷು ಗುಹಾಯಾಂ ಸರ್ವತೋ ಮುಖಃ । ತ್ವಂ ಯಜ್ಞಃ ತ್ವಂ ವಷಟ್ಕಾರಃ ತ್ವಂ ವಿಷ್ಣುಃ ಪುರುಷಃ ಪರಃ ॥

(ಬಲಗೈಯಲ್ಲಿ ತುಸು ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಕುಡಿಯುತ್ತಾ, ಎಡಗೈಯ ಮಧ್ಯಮ ಬೆರಳಿಂದ ಮುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವುದು) ಅಮೃತೋಪಸ್ತರಣಮಸಿ ಜುಹೋಮಿ ಸ್ವಾಹಾ *(ಆಪೋಶನ)*

(ಈ ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಅನ್ನವನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಾ) ಓಂ ಪ್ರಾಣಾಯ ಸ್ವಾಹಾ । ಓಂ ಅಪಾನಾಯ ಸ್ವಾಹಾ । ಓಂ ವ್ಯಾನಾಯ ಸ್ವಾಹಾ । ಓಂ ಉದಾನಾಯ ಸ್ವಾಹಾ । ಓಂ ಸಮಾನಾಯ ಸ್ವಾಹಾ । ಓಂ ಆತ್ಮನೇ ಸ್ವಾಹಾ । ಓಂ ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಸ್ವಾಹಾ ॥ *(ಬಳಿಕ ಮೌನದಿಂದ ಊಟಮಾಡುವುದು. ಕೊನೆಗೆ ಕೈಗೆ ನೀರು ಹಾಕಿಕೊಂಡು (ಉತ್ತರಾಪೋಶನ)* ಅಮೃತಾಪಿಧಾನಮಸಿ ಸ್ವಾಹಾ । *(ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದು. ಕೈ ಬಾಯಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ಎರಡು ಬಾರಿ ಆಚಮನ ಮಾಡುವುದು)*

॥ ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಧಾರಣ ವಿಧಿಃ ॥

(ಅಂದೇ ಹೊಸದಾಗಿ ಗಂಟುಹಾಕಿದ ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

shrinath.udupa@gmail.com

ಭಸ್ಮಧಾರಣೆ ಮಾಡಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಾನಂತರ)

ಮಮೋಪಾತ್ತ ದುರಿತಕ್ಷಯದ್ವಾರಾ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಶ್ರೌತಸ್ಮಾರ್ತ ನಿತ್ಯಕರ್ಮಾನುಷ್ಠಾನ ಯೋಗ್ಯತಾ ಸಿದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ಶರೀರ ಶುದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ಉಪವೀತ ಧಾರಣಾಖ್ಯಂ ಕರ್ಮ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥ *(ನೀರು ಬಿಡುವುದು. ಉಪವೀತವನ್ನು ಬಿಡಿಸಿ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು)*

ಬ್ರಹ್ಮ ಜಜ್ಞಾನಮಿತಿ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ನಕುಲೋ ಬ್ರಹ್ಮಾ ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ । ಸೂತ್ರಕರಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ।

ಓಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಜಜ್ಞಾನಂ ಪ್ರಥಮಂ ಪುರಸ್ತಾದ್ವಿಸೀಮತಃ ಸುರುಚೋ ವೇನ ಆವಃ । ಸಬುಧ್ನ್ಯಾ ಉಪಮಾ ಅಸ್ಯವಿಷ್ಠಾಃ ಸತಶ್ಚ ಯೋನಿಮಸತಶ್ಚ ವಿವಃ ॥

ಇದಂ ವಿಷ್ಣುರ್ಮೇಧಾತಿಥಿರ್ವಿಷ್ಣುರ್ಗಾಯತ್ರೀ । ಸೂತ್ರತ್ರಿಗುಣೀಕರಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಇದಂ ವಿಷ್ಣುರ್ವಿಚಕ್ರಮೇ ತ್ರೇಧಾ ನಿದಧೇ ಪದಮ್ । ಸಮೂಳ್ಹಮಸ್ಯಪಾಂ ಸುರೇ ॥

ತ್ರ್ಯಂಬಕಮೈತ್ರಾವರುಣಿರ್ವಸಿಷ್ಠ ಋಷಿಃ । ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ ।ತ್ರ್ಯಂಬಕ ರುದ್ರೋ ದೇವತಾ । ಗ್ರಂಥಿ ಬಂಧನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ತ್ರ್ಯಂಬಕಂ ಯಜಾಮಹೇ ಸುಗಂಧಿಂ ಪುಷ್ಟಿ ವರ್ಧನಮ್ । ಉರ್ವಾರುಕ ಮಿವ ಬಂಧನಾನ್ಮೃತ್ಯೋರ್ಮುಕ್ಷೀಯ ಮಾಮೃತಾತ್ ॥

ಆಪೋಹಿಷ್ಠೇತಿ ತಿಸೃಣಾಂ ಆಂಬರೀಷ ಸಿಂಧುದ್ವೀಪ ಋಷಿಃ । ಆಪೋದೇವತಾ। ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಉಪವೀತ ಪ್ರಕ್ಷಾಲನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ । *(ನೀರುಹಾಕಿ ತೊಳೆಯುವುದು)*

ಓಂ ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ.....ಜನಯಥಾ ಚ ನಃ ॥

(ಓಂಕಾರೋಽಗ್ನಿಶ್ಚ ನಾಗಶ್ಚ ಸೋಮಃ ಪಿತ್ರ ಪ್ರಜಾಪತಿಃ । ವಾಯುಃ ಸೂರ್ಯಶ್ಚ ವಿಶ್ವೇ ಚ ದೇವಾಸ್ತಂತುಷು ಸಂಸ್ಥಿತಾಃ ॥)

ಓಂಕಾರಂ ಪ್ರಥಮ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ । ಅಗ್ನಿಂ ದ್ವಿತೀಯ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ । ನಾಗಾನ್ ತೃತೀಯ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ । ಸೋಮಂ ಚತುರ್ಥ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ । ಪಿತೄನ್ ಪಂಚಮ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ । ಪ್ರಜಾಪತಿಂ ಷಷ್ಠ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ । ವಾಯುಂ ಸಪ್ತಮ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ । ಸೂರ್ಯಂ ಅಷ್ಟಮ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ । ವಿಶ್ವಾನ್ ದೇವಾನ್ ನವಮ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ । ಋಗ್ವೇದಂ ಪ್ರಥಮ ದೋರಕೇ ನ್ಯಸಾಮಿ । ಯಜುರ್ವೇದಂ ದ್ವಿತೀಯ ದೋರಕೇ ನ್ಯಸಾಮಿ । ಸಾಮವೇದಂ ತೃತೀಯ ದೋರಕೇ ನ್ಯಸಾಮಿ । ಅಥರ್ವವೇದಂ ಚತುರ್ಥ ಗ್ರಂಥಿಂ ನ್ಯಸಾಮಿ ।

ಗಾಥಿನೋ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಋಷಿಃ । ದೈವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಸವಿತಾ ದೇವತಾ । ಗಾಯತ್ರೀ ಅಭಿಮಂತ್ರಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ತತ್ಸವಿತು.....ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥ *(ಹತ್ತು ಗಾಯತ್ರಿ ಮಾಡುವುದು)*

shrinath.udupa@gmail.com

ಉದುತ್ಯಃಕಾಣ್ವಕುಶಿಕಃ ಸೂರ್ಯೋ ಗಾಯತ್ರೀ । ಸೂರ್ಯದರ್ಶನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥
(ಸೂರ್ಯನಿಗೆ ತೋರಿಸುವುದು)

ಓಂ ಉದ್ಧ್ಯಂ ಜಾತವೇದಸಂ ದೇವಂ ವಹಂತಿ ಕೇತವಃ । ದೃಶೇ ವಿಶ್ವಾಯ ಸೂರ್ಯಮ್ ॥

ಓಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಮಿತಿ ಮಂತ್ರಸ್ಯ । ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಋಷಿಃ । ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ । ಪರಮಾತ್ಮಾ ದೇವತಾ । ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಧಾರಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥
(ಬಲಗೈ ಮೇಲೆ ಎಡಗೈ ಕೆಳಗೆ, ಒಂದೊಂದೇ ಉಪವೀತವನ್ನು ಹಿಡಿದು ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವುದು)

ಓಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ ಪರಮಂ ಪವಿತ್ರಂ ಪ್ರಜಾಪತೇರ್ಯತ್ ಸಹಜಂ ಪುರಸ್ತಾತ್ ।
ಆಯುಷ್ಯಮಗ್ರ್ಯಂ ಪ್ರತಿಮುಂಚ ಶುಭ್ರಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ ಬಲಮಸ್ತು ತೇಜಃ ॥
(ಆಚಮನ ಮಾಡುವುದು. ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿ ಒಂದೇ ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಧರಿಸುವುದು. ಗೃಹಸ್ಥ ಮಾತ್ರ ಎರಡಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಧರಿಸುವುದು. ಅನಂತರ ಪುನಃ ಗಾಯತ್ರೀ, ಅಷ್ಟಾಕ್ಷರೀ, ಪಂಚಾಕ್ಷರೀ ಮಾಡುವುದು. ಹಳೆ ಜನಿವಾರವನ್ನು ಕಟಿ ಪ್ರದೇಶದಿಂದ ತೆಗೆಯುವುದು)
ಉಪವೀತಂ ಭಿನ್ನತಂತುಂ ಜೀರ್ಣ ಕಶ್ಮಲ ದೂಷಿತಂ । ವಿಸೃಜಾಮಿ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ವರ್ಚೋ ದೀರ್ಘಾಯುರಸ್ತು ಮೇ ॥ ಸಮುದ್ರಂ ಗಚ್ಛ ಸ್ವಾಹಾ ॥ *(ನೀರಿಗೆ ಹಾಕುವುದು)*
ಅನೇನ ಉಪವೀತ ಧಾರಣಾಖ್ಯಕರ್ಮಣಾ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ॥ *(ನೀರು ಬಿಟ್ಟು ಆಚಮನ ಮಾಡುವುದು)*

ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ದೇವ ಪೂಜಾ

(ಸ್ನಾನಮಾಡಿ ತಂದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ದೇವರಪೂಜೆಗಾಗಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ದೀಪ ಧೂಪ ನೈವೇದ್ಯ, ಗಂಧ, ಪುಷ್ಪ ಮೊದಲಾದುವುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ವಿಷ್ಣುವಿಗೆ ತುಳಸಿ, ಗಣಪತಿಗೆ ಗರಿಕೆ, ಶಿವನಿಗೆ ತುಂಬೆಹೂ, ಬಿಲ್ವ ಪತ್ರೆ ಆಗತ್ಯ ಅರ್ಪಿಸಬೇಕು. ಪೂರ್ವ ಅಥವಾ ಉತ್ತರಕ್ಕೆ ದೇವರಿಗೆ ಅಭಿಮುಖವಾಗಿ ಕುಳಿತು ಗಂಟೆಯನ್ನು ಬಡಿಯುತ್ತಾ...)

ಆಗಮಾರ್ಥಂತು ದೇವಾನಾಂ ಗಮನಾರ್ಥಂತು ರಾಕ್ಷಸಾಮ್ ।
ಕುರ್ಯೇ ಘಂಟಾರವಂ ತತ್ರ ದೇವತಾಹ್ವಾನ ಲಾಂಛನಮ್ ॥

(ಆಸನ ಶುದ್ಧಿ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿದ ನಂತರ)

ಸಂಕಲ್ಪ

ಗಂಗೇ ಚ ಯಮುನೇ ಚೈವ ಗೋದಾವರಿ ಸರಸ್ವತಿ । ನರ್ಮದೇ ಸಿಂಧು ಕಾವೇರಿ ಜಲೇಸ್ಮಿನ್ ಸಂನಿಧಿಂ ಕುರು ॥ ಗಂಗಾದ್ಯಾಃ ಸರ್ವತೀರ್ಥ ದೇವತಾಃ ಸನ್ನಿಹಿತಾಃ ಸಂತು *(ಜಲಪಾತ್ರೆ ಮುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವುದು) (ಎಡ ಹಸ್ತದ ಮೇಲೆ ಬಲಹಸ್ತವಿರುವಂತೆ ಬಲಮೊಣಕಾಲ ಗಂಟಿನ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿಕೊಂಡು)*

shrinath.udupa@gmail.com

ಓಂ ನಮಃ ಶಿವಾಭ್ಯಾಂ ಶೋಭನೇ ಮುಹೂರ್ತೇ । ಅದ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಣೋ ದ್ವಿತೀಯ ಪರಾರ್ಧೇ। ಶ್ವೇತ ವರಾಹ ಕಲ್ಪೇ ವೈವಸ್ವತ ಮನ್ವಂತರೇ । ಅಷ್ಟಾವಿಂಶತಿ ತಮೇ ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮ ಪಾದೇ ಭಾರತ ವರ್ಷೇ ಭರತಖಂಡೇ । ಜಂಬೂ ದ್ವೀಪೇ ಮೇರೋಃ ದಕ್ಷಿಣ ಪಾರ್ಶ್ವೇ ದಂಡಕಾರಣ್ಯೇ ಗೋರಾಷ್ಟ್ರ ದೇಶೇ ಗೋಕರ್ಣ ಮಂಡಲೇ ಗೋದಾವರ್ಯಾಃ ದಕ್ಷಿಣ ಕೂಲೇ ಶಾಲಿವಾಹನ ಶಕೇ ಬೌದ್ಧಾವತಾರೇ ಪರಶುರಾಮ(ಶ್ರೀ ರಾಮ) ಕ್ಷೇತ್ರೇ ಪಶ್ಚಿಮ ಸಮುದ್ರ ತೀರೇ ಅಸ್ಮಿನ್ ವರ್ತಮಾನೇ ವ್ಯಾವಹಾರಿಕೇ .....ನಾಮ ಸಂವತ್ಸರೇ .....ಆಯನೇ.....ಋತೌ.....ಅರ್ಕೇ.....ಮಾಸೇ.....ಪಕ್ಷೇ.....ತಿಥೌ..... ವಾಸರಯುಕ್ತಾಯಾಂ ಶುಭತಿಥಿ ಶುಭವಾರ ಶುಭನಕ್ಷತ್ರ ಶುಭಯೋಗ ಶುಭಕರಣ ಏವಂಗುಣ ವಿಶೇಷಣ ವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಶುಭಪುಣ್ಯ ತಿಥೌ ಅಸ್ಮಾಕಂ ಸಹಕುಟುಂಬಾನಾಂ ಕ್ಷೇಮಸ್ಥೈರ್ಯ ವಿಜಾಯಾಭಯಾಯುರಾರೋಗ್ಯಾನಂದೈಶ್ವರ್ಯಾಭಿವೃದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ಧರ್ಮಾರ್ಥ ಕಾಮಮೋಕ್ಷ ಚತುರ್ವಿಧಫಲಪುರುಷಾರ್ಥ ಸಿದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಧ್ಯಾನಾವಾಹನಾದಿ ಷೋಡಷೋಪಚಾರ ಪೂಜಾಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥ *(ನೀರು ಬಿಡುವುದು)* ತದಂಗ ಕಲಶಾರ್ಚನಂ ಶಂಖಾರ್ಚನಂ ಚ ಕರಿಷ್ಯೇ । *(ತಂಬಿಗೆ ನೀರಿಗೆ ಗಂಧ ತುಳಸಿ ಹೂ ಇತ್ಯಾದಿ ಹಾಕಿ ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು)*

ಓಂ ಇಮಂ ಮೇ ಗಂಗೇ ಯಮುನೇ ಸರಸ್ವತಿ ಶುತುದ್ರಿ ಸ್ತೋಮಂ ಸಚತಾ ಪರುಷ್ಣ್ಯಾ ।
ಅಸಿಕ್ನ್ಯಾ ಮರುದ್ವೃಧೇ ವಿತಸ್ತಯಾರ್ಜೀಕೀಯೇ ಶ್ರುಣುಹ್ಯಾ ಸುಷೋಮಯಾ ॥
ತತ್ವಾಯಾಮೀತ್ಯಸ್ಯ ಶುನಃಶೇಫ ಋಷಿಃ । ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ । ವರುಣೋ ದೇವತಾ। ಕಲಶೇ ವರುಣಾವಾಹನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥ ಓಂ ತತ್ವಾಯಾಮಿ.....ಪ್ರಮೋಷೀಃ ॥ ಅಸ್ಮಿನ್ ಕಲಶೇ ಭೂಃ ವರುಣಮಾವಾಹಯಾಮಿ। ಭುವಃ ವರುಣಮಾವಾಹಯಾಮಿ । ಸುವಃ ವರುಣಮಾವಾಹಯಾಮಿ। ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವಃ ವರುಣಮಾವಾಹಯಾಮಿ ॥ ಗಂಗೇ ಚ ಯಮುನೇ ಚೈವ.....ಸನ್ನಿಹಿತಾಃ ಸಂತು ॥ ಕಲಶದೇವತಾಭ್ಯೋ ನಮಃ ಪೂಜಾಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥

ಅಥ ಶಂಖಪೂಜಾಂ ಕರಿಷ್ಯೇ । *(ಅಭಿಷೇಕ ಶಂಖವನ್ನು ತೊಳೆದು ಗಂಧ ಹೂಗಳಿಂದ ಪೂಜಿಸುವುದು, ಬಲಭಾಗದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು)*

ಓಂ ಶಂನೋ ದೇವೀ.....ವಂತುನಃ ॥ *(ಶಂಖಕ್ಕೆ ನೀರನ್ನು ತುಂಬಿಸುವುದು)*
ತ್ವಂ ಪುರಾ ಸಾಗರೋತ್ಪನ್ನೋ ವಿಷ್ಣುನಾ ವಿಧೃತಃ ಕರೇ । ಪೂಜಿತಃ ಸರ್ವದೇವೈಶ್ಚ ಪಾಂಚಜನ್ಯ ನಮೋಸ್ತುತೇ ॥ ಲಂ ಪೃಥಿವ್ಯಾತ್ಮನೇ ನಮಃ ಗಂಧಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ। ಹಂ ಆಕಾಶಾತ್ಮನೇ ನಮಃ ಪುಷ್ಪಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ । ಯಂ ವಾಯ್ವಾತ್ಮನೇ ನಮಃ ಧೂಪಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ। ರಂ ಅಗ್ನ್ಯಾತ್ಮನೇ ನಮಃ ದೀಪಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ। ವಂ ಅಮೃತಾತ್ಮನೇ ನಮಃ ನೈವೇದ್ಯಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥ ಶಂಖದೇವತಾಭ್ಯೋ ನಮಃ ಪಂಚೋಪಚಾರ ಪೂಜಾಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥ *(ಶಂಖದಲ್ಲಿರುವ ನೀರನ್ನು ಕಲಶಕ್ಕೆ, ದೇವರಿಗೆ, ಪೂಜಾದ್ರವ್ಯಕ್ಕೆ, ತನಗೂ ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸುವುದು)*

shrinath.udupa@gmail.com

(ಇಷ್ಟದೇವರನ್ನು ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದು ಅಭಿಷೇಕಕ್ಕಾಗಿ ಹರಿವಾಣದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು)

ವಾಮದೇವ ಋಷಿಃ । ಪಂಕ್ತಿಶ್ಚಂದಃ । ಸದಾಶಿವ ರುದ್ರೋ ದೇವತಾ ॥ ಓಂ ನಮಃ ಶಿವಾಯ ಇತ್ಯಾವಾಹ್ಯ ॥ ಓಂ ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ । ನಂ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ । ಮಂ ಶಿಖಾಯೈ ವಷಟ್ । ಶಿಂ ಕವಚಾಯ ಹುಮ್ । ವಾಂ ನೇತ್ರತ್ರಯಾಯ ವೌಷಟ್ । ಯಃ ಅಸ್ತ್ರಾಯಫಟ್ । ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಂ ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ ।

ಧ್ಯಾನಮ್ ॥ ವಂದೇ ಹರಂ ವರದಶೂಲ ಕಪಾಲ ಹಸ್ತಂ ಸಾಭೀತಿಮುದ್ರಿಸುತಯೋಜ್ವಲ ದೇಹ ಕಾಂತ್ಯಾ । ವಾಮೋರುಪೀಠ ಗತಯಾ ನಿಜವಾಮಹಸ್ತ ನ್ಯಸ್ತಾರುಣೋತ್ಪಲಯುಜಾ ಪರಿರಬ್ಧ ದೇಹಮ್ ॥ ಓಂ ನಮಃ ಶಿವಾಯ ಇತ್ಯಷ್ಟವಾರಂ ಜಪೇತ್ ॥ ಲಂ ಪೃಥಿವ್ಯಾದಿ ಪಂಚೋಪಚಾರ ಪೂಜಾಂ ಕುರ್ಯಾತ್ ॥

ಶ್ರೀ ಉಮಾಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ಧ್ಯಾಯಾಮಿ ; ಧ್ಯಾನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ । ಆವಾಹಯಾಮಿ ; ಆಸನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ । ಪಾದಾರವಿಂದಯೋಃ ಪಾದ್ಯಂ ಪಾದ್ಯಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ । ಅರ್ಘ್ಯಮರ್ಘ್ಯಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ । ಆಚಮನೀಯಮಾಚಮನೀಯಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ । ಸ್ನಾನಾರ್ಥೇ ; ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ .....ಆಪೋಜನಯಥಾ ಚ ನಃ॥ ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ಸ್ನಾನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥ (ದೇವರನ್ನು ಯಥಾಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿಡುವುದು)

ಓಂ ಯುವಂ ವಸ್ತ್ರಾಣಿ ಪೀವಸಾವಸಾಥೇ ಯುವೋರಚ್ಛಿದ್ರಾಮಂತವೋ ಹ ಸರ್ಗಾಃ ಽ ।
ಅವಾತಿರತಮನೃತಾನಿ ವಿಶ್ವಋತೇನ ಮಿತ್ರಾ ವರುಣಾ ಸಚೇಥೇ ॥ ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ವಸ್ತ್ರಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥

ಓಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ ಪರಮಂ ಪವಿತ್ರಂ ಪ್ರಜಾಪತೇರ್ಯತ್ ಸಹಜಂ ಪುರಸ್ತಾತ್ ।
ಆಯುಷ್ಯಮಗ್ರ್ಯಂ ಪ್ರತಿಮುಂಚ ಶುಭ್ರಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ ಬಲಮಸ್ತು ತೇಜಃ ॥ ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ಉಪವೀತಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥

ಓಂ ಹಿರಣ್ಯರೂಪಃ ಸಹಿರಣ್ಯ ಸಂದೃಗ್ ಪಾಂನಪಾತ್ಸೇದು ಹಿರಣ್ಯವರ್ಣಃ ।
ಹಿರಣ್ಯಯಾತ್ಪರಿಯೋನೇ ನಿಷದ್ಯಾ ಹಿರಣ್ಯದಾದದತ್ಯನ್ನಮಸ್ಮೈ ॥ ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ಆಭರಣಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥

ಓಂ ಗಂಧದ್ವಾರಾಂ ದುರಾಧರ್ಷಾಂ ನಿತ್ಯಪುಷ್ಟಾಂ ಕರೀಷಿಣೀಮ್ ।
ಈಶ್ವರೀಂ ಸರ್ವಭೂತಾನಾಂ ತಾಮಿಹೋಪಹ್ವಯೇ ಶ್ರಿಯಮ್ ॥ ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ಗಂಧಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥

shrinath.udupa@gmail.com

ಓಂ ಅರ್ಚತಪ್ರಾರ್ಚತ ಪ್ರಿಯಮೇಧಾಸೋ ಅರ್ಚತ । ಅರ್ಚಂತು ಪುತ್ರಕಾ ಉತ ಪುರಂ ನ ಧೃಷ್ಣ್ವರ್ಚತ ॥ *ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ಅಕ್ಷತಾನ್ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥*

ಓಂ ಆಯನೇತೇ ಪರಾಯಣೇ ದೂರ್ವಾರೋಹಂತು ಪುಷ್ಪಿಣೀಃ । ಹೃದಾಶ್ಚ ಪುಂಡರೀಕಾಣಿ ಸಮುದ್ರಸ್ಯ ಗ್ರಹಾ ಇಮೇ ॥ *ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ಪುಷ್ಪಾಣಿ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ॥*

ಅಥ ದ್ವಾದಶ ನಾಮ ಪೂಜಾಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥
ಓಂ ಮಹಾದೇವಾಯ ನಮಃ । ಮಹೇಶ್ವರಾಯ । ಶಂಕರಾಯ । ವೃಷಭಧ್ವಜಾಯ । ಕೃತ್ತಿವಾಸಸೇ। ಕಾಮಾಂಗನಾಶನಾಯ । ದೇವದೇವಾಯ । ಶ್ರೀಕಂಠಾಯ । ಹರಾಯ । ಪಾರ್ವತೀಪತಯೇ । ರುದ್ರಾಯ । ಶಿವಾಯ ॥ ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ದ್ವಾದಶನಾಮ ಪೂಜಾಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥

ಧೂಪಃ :- ವನಸ್ಪತಿರಸೋತ್ಪನ್ನೋ ಗಂಧಾಢ್ಯೋ ಧೂಪ ಉತ್ತಮಃ । ಆಘ್ರೇಯಃ ಸರ್ವದೇವಾನಾಂ ಧೂಪೋಽಯಂ ಪ್ರತಿಗೃಹ್ಯತಾಮ್ ॥ *ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ। ಧೂಪಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥*

ಓಂ ಜ್ಯೋತಿಃಶುಕ್ಲಶ್ಚ ತೇಜಶ್ಚ ದೇವಾನಾಂ ಸತತಂ ಪ್ರಿಯಃ । ಪ್ರಭಾಕರೋ ಮಹಾತೇಜಾ ದೀಪೋಽಯಂ ಪ್ರತಿಗೃಹ್ಯತಾಮ್ ॥ *ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ದೀಪಂ ದರ್ಶಯಾಮಿ ॥*

ನೈವೇದ್ಯಾರ್ಥೇ । ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವಃ *(ಊಟದ ಮಂತ್ರಹೇಳಿ ನೈವೇದ್ಯ ಮಾಡುವುದು)*
ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ನಾಳಿಕೇರ ಖಂಡಂ ನಿವೇದಯಾಮಿ ।(ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ)
(ಕದಳೀ ಪಕ್ವಂ - ಬಾಳೆಹಣ್ಣು, ಕ್ಷೀರೋಪಹಾರಂ - ಹಾಲು, ಶರ್ಕರೋಪಹಾರಂ - ಸಕ್ಕರೆ, ಗುಡೋಪಹಾರಂ - ಬೆಲ್ಲ, ಯಾವುದಿದೆಯೋ ಅದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹೇಳುವುದು)
ಅಮೃತಾಪಿಧಾನಮಸಿ ಸ್ವಾಹಾ । ಉತ್ತರಾಪೋಷಣಂ ॥

ಓಂ ಪೂಗೀಫಲ ಸಮಾಯುಕ್ತಂ ನಾಗವಲ್ಯಾದಲೈರ್ಯುತಮ್ । ಕರ್ಪೂರ ಚೂರ್ಣ ಸಂಯುಕ್ತಂ ತಾಂಬೂಲಂ ಪ್ರತಿಗೃಹ್ಯತಾಮ್ ॥ *ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ಕ್ರಮುಕ ತಾಂಬೂಲಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥ (ವೀಳ್ಯದೆಲೆ ಅಡಿಕೆ)*

ಅಥ ನೀರಾಜನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ । ಓಂ ಅರ್ಚತಪ್ರಾರ್ಚತ.....ಅರ್ಚತ ॥

ಓಂ ಧ್ರುವಾದ್ಯೌರ್ಧ್ರುವಾ ಪೃಥಿವೀ ಧ್ರುವಾಸಃ ಪರ್ವತಾ ಇಮೇ । ಧ್ರುವಂ ವಿಶ್ವಮಿದಂ ಜಗದ್ಧ್ರುವೋ ರಾಜಾ ವಿಶಾಮಯಮ್ ॥ ಧ್ರುವಂತೇ ರಾಜಾ ವರುಣೋ ಧ್ರುವಂ ದೇವೋ

shrinath.udupa@gmail.com

ಬೃಹಸ್ಪತಿಃ । ಧ್ರುವಂತ ಇಂದ್ರಶ್ಚಾಗ್ನಿಶ್ಚ ರಾಷ್ಟ್ರಂಧಾರಯತಾಂ ಧ್ರುವಮ್ ॥ *ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ನೀರಾಜನಂ ದರ್ಶಯಾಮಿ ॥ (ಆರತಿಯನ್ನು ದೇವರ ಪಾದಕ್ಕೆ ಮೂರು ಸುತ್ತು , ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಸಲ, ಶಿರಸ್ಸಿಗೆ ಮೂರು ಸಲ ಇಡೀ ದೇಹಕ್ಕೆ ಮೂರು ಸಲ ಎತ್ತಬೇಕು. ಕೊನೆ ಆರತಿಗೆ ಕೈತೊಳೆದು ಅಕ್ಷತೆ ಕಾಳು ಸುಳಿದು ದೇವರಿಗೆ ಹಾಕಬೇಕು. ಕೈ ತೊಳೆದು ಮಂತ್ರಪುಷ್ಪ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ನಿಂತು)*

ಓಂ ಅಸ್ಮೇ ರುದ್ರಾ ಮೇಹನಾ ಪರ್ವತಾಸೋ ವೃತ್ರ ಹತ್ಯೇ ಭರಹೂತೌ ಸಜೋಷಾಃ ।
ಯಃ ಶಂ ಸತೇ ಸ್ತುವತೇ ಧಾಯಿ ಪಜ್ರ ಇಂದ್ರ ಜ್ಯೇಷ್ಠಾ ಅಸ್ಮಾ ಅವಂತು ದೇವಾಃ ॥
ಓಂ ರಾಜಾಧಿರಾಜಾಯ ಪ್ರಸಹ್ಯ ಸಾಹಿನೇ ನಮೋ ವಯಂ ವೈ ಶ್ರವಣಾಯ ಕುರ್ಮಹೇ । ಸ
ಮೇ ಕಾಮ್ಮಾನ್ ಕಾಮ ಕಾಮಾಯ ಮಹ್ಯಂ ಕಾಮೇಶ್ವರೋ ವೈ ಶ್ರವಣೋ ದದಾತು
ಕುಬೇರಾಯ ವೈಶ್ರವಣಾಯ ಮಹಾರಾಜಾಯ ನಮಃ ॥ ಪರ್ಯಾಪ್ತ್ಯಾನಂತರಾಯಾಯ
ಸರ್ವಸೋತ್ಮೋತಿ ರಾತ್ರ ಉತ್ತಮ ಮಹರ್ಭವತಿ । ಸರ್ವಸ್ಯಾಪ್ತ್ಯೈ ಸರ್ವಸ್ಯಜಿತ್ಯೈ ಸರ್ವಮೇವ
ತೇನಾಪ್ನೋತಿ ಸರ್ವಂ ಜಯತಿ ॥ *ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ವೇದೋಕ್ತ ಮಂತ್ರಪುಷ್ಪಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥*

ಯಾನಿಕಾನಿಚ ಪಾಪಾನಿ ಜನ್ಮಾಂತರ ಕೃತಾನಿ ಚ । ತಾನಿ ತಾನಿ ವಿನಶ್ಯಂತಿ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣ ಪದೇ ಪದೇ। ಪಾಪೋಹಂ ಪಾಪ ಕರ್ಮಾಽಹಂ ಪಾಪಾತ್ಮಾ ಪಾಪ ಸಂಭವಃ । ತ್ರಾಹಿ ಮಾಂ ಕೃಪಯಾ ದೇವ ಶರಣಾಗತ ವತ್ಸಲ ॥ ಅನ್ಯಥಾ ಶರಣಂ ನಾಸ್ತಿ ತ್ವಮೇವ ಶರಣಂ ಮಮ । ತಸ್ಮಾತ್ ಕಾರುಣ್ಯ ಭಾವೇನ ರಕ್ಷಮಾಂ ಪರಮೇಶ್ವರ ॥ ಉರಸಾ ಶಿರಸಾ ದೃಷ್ಟ್ಯಾ ಮನಸಾ ವಚಸಾ ತಥಾ । ಪದ್ಭ್ಯಾಂ ಕರಾಭ್ಯಾಂ ಕರ್ಣಾಭ್ಯಾಂ ಪ್ರಣಾಮೋಷ್ಟಾಂಗ ಉಚ್ಯತೇ (ಪ್ರಣಮಾಮಿ ಸದಾಶಿವಮ್) ॥ *ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ಪ್ರದಕ್ಷಿಣ ನಮಸ್ಕಾರಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥*

ಪ್ರಾರ್ಥನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ । ವಾಗರ್ಥಾವಿವ ಸಂಪ್ರಕ್ತೌ ವಾಗರ್ಥ ಪ್ರತಿಪತ್ತಯೇ । ಜಗತಃ ಪಿತರೌ ವಂದೇ ಪಾರ್ವತೀ ಪರಮೇಶ್ವರೌ ॥ ಶ್ರದ್ಧಾಂ ಮೇಧಾಂ ಯಶಃ ಪ್ರಜ್ಞಾಂ ವಿದ್ಯಾಂ ಬುದ್ಧಿಂ ಶ್ರಿಯಂ ಬಲಂ । ಆಯುಷ್ಯಂ ತೇಜ ಆರೋಗ್ಯಂ ದೇಹಿ ಮೇ ಪರಮೇಶ್ವರ ॥ *ಶ್ರೀ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಾಯ ನಮಃ । ಪ್ರಾರ್ಥನಾಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥*

ಪುನಃ ಪೂಜಾಂ ಕರಿಷ್ಯೇ । ಕಾಯೇನ ವಾಚಾ ಮನಸೇಂದ್ರಿಯೈರ್ವಾ ಬುದ್ಧ್ಯಾತ್ಮನಾ ವಾ ಪ್ರಕೃತೇಃ ಸ್ವಭಾವಾತ್ । ಕರೋಮಿ ಯದ್ಯತ್ ಸಕಲಂ ಪರಸ್ಮೈ ನಾರಾಯಣಾಯೇತಿ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ ॥ *ಅನೇನ ಧ್ಯಾನ ಆವಾಹನಾದಿ ಷೋಡಶೋಪಚಾರ ಪೂಜಾ ಕರ್ಮಣಾ ಭಗವಾನ್ ಸರ್ವಾತ್ಮಕಃ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರಃ ಪ್ರೀಯತಾಮ್ ॥* ಓಂ ತತ್ಸತ್ ಬ್ರಹ್ಮಾರ್ಪಣಂ ಭವತು । *ಪೂಜಾ ಕಾಲೇ ಮಧ್ಯೇ ಮಂತ್ರ ಸ್ವರ ವರ್ಣ ಲೋಪದೋಷ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾರ್ಥಂ ನಾಮತ್ರಯ ಜಪ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥*

shrinath.udupa@gmail.com

ಓಂ ಅಚ್ಯುತಾಯ ನಮಃ । ಅನಂತಾಯ ನಮಃ। ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ।(ಮೂರು ಬಾರಿ ಹೇಳುವುದು) ಹರಾಯ ನಮಃ । ಮೃಡಾಯ ನಮಃ। ಶಿವಾಯ ನಮಃ। ಶಂಕರಾಯ ನಮಃ।
ಓಂ ತದ್ವಿಷ್ಣೋಃ ಪರಮಂ ಪದಂ ಸದಾಪಶ್ಯಂತಿ ಸೂರಯಃ ।ದಿವೀವ ಚಕ್ಷುರಾತತಮ್ ॥
ತದ್ವಿಪ್ರಾ ಸೋವಿಪನ್ಯವೋ ಜಾಗ್ರವಾಂ ಸಃಸಮಿಂಧತೇ । ವಿಷ್ಣೋರ್ಯತ್ಪರಮಂ ಪದಮ್॥
(ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದುದ ಉಮಾಮಹೇಶ್ವರನ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತರೂಪದ ಪೂಜೆ. ಕೆಲವು ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಂದ ಮುಂದಿನ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಪೂಜಿಸಬಹುದು.)

ಗಣಪತಿ

ಸಂಕಲ್ಪದಲ್ಲಿ ಮಹಾಗಣಪತಿ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ *ಎನ್ನಬೇಕು. ಕಲಶಪೂಜೆ, ಶಂಖಪೂಜೆ ಮಾಡಿ ಗಣಪತಿಯನ್ನು ಪೂಜೆಗೆ ಇರಿಸಿಕೊಂಡು ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದು*
ಗಣಕ ಋಷಿಃ । ನಿಚೃದ್ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಗಣಪತಿರ್ದೇವತಾ ॥ ಓಂ ಗಂ ಗಣಪತಯೇ ನಮಃ॥ ಗಾಂ ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ । ಗೀಂ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ । ಗೂಂ ಶಿಖಾಯೈ ವಷಟ್। ಗೈಂ ಕವಚಾಯ ಹುಮ್ । ಗೌಂ ನೇತ್ರತ್ರಯಾಯ ವೌಷಟ್ । ಗಃ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್ । ಭೂರ್ಭುವಸ್ವರೋಂ ।
॥ ಧ್ಯಾನಂ ॥ ರಕ್ತೋ ರಕ್ತಾಂಗರಾಗಾಂ ಶುಕಕುಸುಮಯುತ ಸ್ತುಂಡಿಲಶ್ಚಂದ್ರಮೌಲೀರ್ನೇತ್ರೈರ್ಯುಕ್ತಸ್ತ್ರಿಭಿಃ ವಾಮನಕರಚರಣೋ ಬೀಜ ಪೂರಾತ್ತ ನಾಸಃ । ಹಸ್ತಾಗ್ರಾಕ್ಲೃಪ್ತ ಪಾಶಾಂಕುಶರದ ವರದೋ ನಾಗವಕ್ತ್ರೋಹಿಭೂಷೋ ದೇವಃ ಪದ್ಮಾಸನೋ ನೋ ಭವತುನತ ಸುರೋ ಭೂತಯೇ ವಿಘ್ನರಾಜಃ ॥ ಓಂ ಗಂ ಗಣಪತಯೇ ನಮಃ । *(ಎಂಟು ಸಾರಿ ಜಪಿಸುವುದು) ಲಂ ಪೃಥಿವ್ಯಾತ್ಮನೇ ನಮಃ ।.....*

ಸ್ನಾನಾರ್ಥೇ - ಓಂ ಗಣಾನಾಂತ್ವಾಗಣಪತಿಂ ಹವಾಮಹೇ ಕವಿಂ ಕವೀನಾಮುಪಮಶ್ರವಸ್ತಮಮ್। ಜ್ಯೇಷ್ಠರಾಜಂ ಬ್ರಹ್ಮಣಾಂ ಬ್ರಹ್ಮಣಸ್ಪತ ಆನಃ ಶೃಣ್ವನ್ನೂತಿಭಿಃ ಸೀದ ಸಾದನಮ್ ॥

ದ್ವಾದಶ ನಾಮ - ಓಂ ಸುಮುಖಾಯ ನಮಃ । ಏಕದಂತಾಯ। ಕಪಿಲಾಯ। ಗಜಕರ್ಣಾಕಾಯ ಲಂಬೋದರಾಯ । ವಿಕಟಾಯ। ವಿಘ್ನರಾಜಾಯ। ಗಣಾಧಿಪತಯೇ। ಧೂಮ್ರಕೇತವೇ। ಗಣಾಧ್ಯಕ್ಷಾಯ । ಭಾಲಚಂದ್ರಾಯ । ಓಂ ಗಜಾನನಾಯ ॥

ನಮಸ್ಕಾರ - ಓಂ ನಮೋ ವ್ರಾತಪತಯೇ ನಮೋ ಗಣಪತಯೇ ನಮಃ ಪ್ರಮಥಪತಯೇ ನಮಸ್ತೇ ಅಸ್ತು ಲಂಬೋದರಾಯೈಕದಂತಾಯ ವಿಘ್ನನಾಶಿನೇ ಶಿವಸುತಾಯ ಶ್ರೀ ವರದಮೂರ್ತಯೇ ನಮಃ ॥

ವಿಷ್ಣು

ಸಂಕಲ್ಪ : *ಶ್ರೀ ಮಹಾವಿಷ್ಣು ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ*
ಸಾಧ್ಯೋ ನಾರಾಯಣ ಋಷಿಃ । ದೈವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಪರಮಾತ್ಮಾ ದೇವತಾ ॥

shrinath.udupa@gmail.com

ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ। ಇತ್ಯಾವಾಹ್ಯ। ಹೃದ್ಧೋಲ್ಕಾಯೈ ಸ್ವಾಹಾ ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ....

॥ ಧ್ಯಾನಮ್॥ ಶಾಂತಾಕಾರಂ ಭುಜಗಶಯನಂ ಪದ್ಮನಾಭಂ ಸುರೇಶಂ। ವಿಶ್ವಾಧಾರಂ ಗಗನ ಸದೃಶಂ ಮೇಘವರ್ಣಂ ಶುಭಾಂಗಂ। ಲಕ್ಷ್ಮೀಕಾಂತಂ ಕಮಲನಯನಂ ಯೋಗಿಭಿರ್ಧ್ಯಾನಗಮ್ಯಂ ವಂದೇ ವಿಷ್ಣುಂ ಭವಭಯಹರಂ ಸರ್ವಲೋಕೈಕ ನಾಥಮ್ ॥

ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ ಇತ್ಯಷ್ಟವಾರಂ ಜಪೇತ್ । *ಲಂ ಪೃಥಿವ್ಯಾತ್ಮನೇ ನಮಃ.....*

ಸ್ನಾನಾರ್ಥೇ - ಓಂ ಅತೋ ದೇವಾ ಅವಂತುನೋ ಯತೋ ವಿಷ್ಣುರ್ವಿಚಕ್ರಮೇ ।
ಪೃಥಿವ್ಯಾಃ ಸಪ್ತಧಾಮಭಿಃ ॥

ದ್ವಾದಶ ನಾಮ - ಓಂ ಕೇಶವಾಯ ನಮಃ। ನಾರಾಯಣಾಯ। ಮಾಧವಾಯ। ಗೋವಿಂದಾಯ। ವಿಷ್ಣವೇ। ಮಧುಸೂದನಾಯ। ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯ। ವಾಮನಾಯ। ಶ್ರೀಧರಾಯ। ಹೃಷೀಕೇಶಾಯ। ಪದ್ಮನಾಭಾಯ। ಓಂ ದಾಮೋದರಾಯ ನಮಃ ॥

ಪ್ರಾರ್ಥನೆ - ಮೇಘಶ್ಯಾಮಂ ಪೀತ ಕೌಶೇಯವಾಸಂ ಶ್ರೀವತ್ಸಾಂಕಂ ಕೌಸ್ತುಭೋದ್ಭಾಸಿತಾಂಗಂ। ಪುಣ್ಯೋಪೇತಂ ಪುಂಡರೀಕಾಯತಾಕ್ಷಂ ವಿಷ್ಣುಂ ವಂದೇ ಸರ್ವಲೋಕೈಕನಾಥಮ್ ॥

ದುರ್ಗಾದೇವಿ

ಸಂಕಲ್ಪ : ಶ್ರೀ ದುರ್ಗಾದೇವಿ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ

ನಾರದ ಋಷಿಃ। ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ। ದುರ್ಗಾ ದೇವತಾ ॥ ಓಂ ಹ್ರೀಂ ದುಂ ದುರ್ಗಾಯೈ ನಮಃ ಇತ್ಯಾವಾಹ್ಯ। ಓಂ ಹ್ರಾಂ ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ। ಹ್ರೀಂ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ। ಹ್ರೂಂ ಶಿಖಾಯೈ ವಷಟ್। ಹ್ರೈಂ ಕವಚಾಯ ಹುಮ್। ಹ್ರೌಂ ನೇತ್ರತ್ರಯಾಯ ವೌಷಟ್। ಹ್ರಃ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್। ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವರೋಂ ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ

॥ ಧ್ಯಾನಮ್ ॥ ಓಂ ಶಂಖಾರಿಚಾಪಶರಭಿನ್ನಕರಾಂ ತ್ರಿನೇತ್ರಾಂ ತಿಗ್ಮೇತರಾಂಶುಕಲಯಾ ವಿಲಸತ್ಕಿರೀಟಾಮ್। ಸಿಂಹಸ್ಥಿತಾಂ ಸಸುರಸಿದ್ಧನತಾಂ ಚ ದುರ್ಗಾಂ ದೂರ್ವಾನಿಭಾಂ ದುರಿತ ವರ್ಗಹರಾಂ ನಮಾಮಿ ॥ ಓಂ ಹ್ರೀಂ ದುಂ ದುರ್ಗಾಯೈ ನಮಃ ಇತ್ಯಷ್ಟವಾರಂ ಜಪೇತ್। *ಲಂ ಪೃಥಿವ್ಯಾತ್ಮನೇ ನಮಃ.....*

ಸ್ನಾನಂ - ಓಂ ಜಾತವೇದಸೇ ಸುನವಾಮ ಸೋಮಮರಾತೀಯತೋ ನಿದಹಾತಿ ವೇದಃ। ಸನಃ ಪರ್ಷದತಿ ದುರ್ಗಾಣಿ ವಿಶ್ವಾ ನಾವೇವ ಸಿಂಧುಂ ದುರಿತಾತ್ಯಗ್ನಿಃ ॥

ದ್ವಾದಶನಾಮ - ಓಂ ಶ್ರೀದುರ್ಗಾಯೈ ನಮಃ। ಶಾಂತ್ಯೈ। ಚಂಡಿಕಾಯೈ। ಶಾಂಭವ್ಯೈ। ಭೂತಿದಾಯಿನ್ಯೈ। ಹರಪ್ರಿಯಾಯೈ। ನಾರಾಯಣ್ಯೈ। ಭದ್ರಕಾಳ್ಯೈ। ಶಿವದೂತ್ಯೈ। ಮಹಾಮಾಯಾಯೈ। ಯೋಗನಿದ್ರಾಯೈ। ಓಂ ಶ್ರೀಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮ್ಯೈ ॥

shrinath.udupa@gmail.com

ಪ್ರಾರ್ಥನಾ - ಸರ್ವಮಂಗಲಮಾಂಗಲ್ಯೇ ಶಿವೇ ಸರ್ವಾರ್ಥ ಸಾಧಿಕೇ । ಶರಣ್ಯೇ ತ್ರ್ಯಂಬಕೇ ಗೌರಿ ನಾರಾಯಣಿ ನಮೋಸ್ತುತೇ ।

ಆದಿತ್ಯ

ಸಂಕಲ್ಪ : ಶ್ರೀ ಆದಿತ್ಯ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ

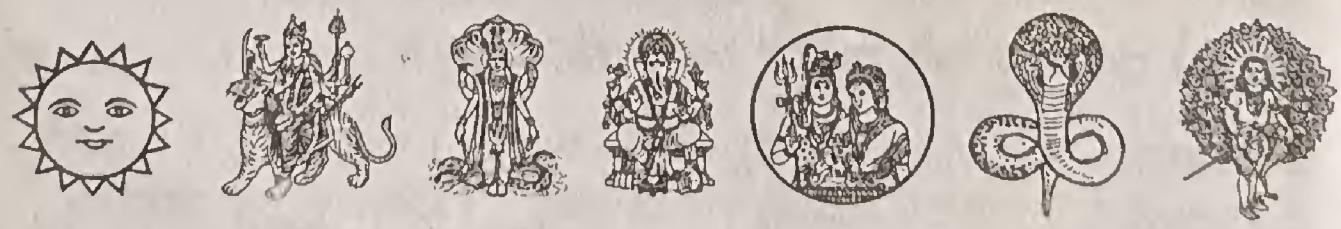
ದೇವಭಾಗ ಋಷಿಃ । ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಆದಿತ್ಯೋ ದೇವತಾ ॥ ಓಂ ಘೃಣಿಃ ಸೂರ್ಯ ಆದಿತ್ಯಃ । ಇತ್ಯಾವಾಹ್ಯ । ಓಂ ಸತ್ಯತೇಜೋ ಜ್ವಾಲಾಮಾಲಿನಿ ಹುಂ ಫಟ್ ಸ್ವಾಹಾ ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ । ಬ್ರಹ್ಮತೇಜೋ ಜ್ವಾಲಾಮಾಲಿನಿ ಹುಂ ಫಟ್ ಸ್ವಾಹಾ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ । ವಿಷ್ಣುತೇಜೋ ಜ್ವಾಲಾಮಾಲಿನಿ ಹುಂ ಫಟ್ ಸ್ವಾಹಾ ಶಿಖಾಯೈ ವಷಟ್ । ರುದ್ರತೇಜೋ ಜ್ವಾಲಾಮಾಲಿನಿ ಹುಂ ಫಟ್ ಸ್ವಾಹಾ ಕವಚಾಯ ಹುಮ್ । ವಹ್ನಿತೇಜೋ ಜ್ವಾಲಾಮಾಲಿನಿ ಹುಂ ಫಟ್ ಸ್ವಾಹಾ ನೇತ್ರತ್ರಯಾಯ ವೌಷಟ್ । ಸರ್ವತೇಜೋ ಜ್ವಾಲಾಮಾಲಿನಿ ಹುಂ ಫಟ್ ಸ್ವಾಹಾ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್ । ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವರೋಂ ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ

॥ ಧ್ಯಾನಮ್ ॥ ಓಂ ಅರುಣೋರುಣಪಂಕಜೇ ನಿಷಣ್ಣಃ ಕಮಲೇ ಭೀತಿವರೌಕರೈರ್ದಧಾನಃ । ಸರುಚಾಹಿತಮಂಡಲಸ್ತ್ರಿನೇತ್ರೋ ರವಿರಾಕಲ್ಪತತಾಕುಲೋವತಾನ್ನಃ ॥ ಓಂ ಘೃಣಿಃಸೂರ್ಯ ಆದಿತ್ಯಃ ಇತ್ಯಷ್ಟವಾರಂ ಜಪೇತ್ ॥ *ಲಂ ಪೃಥಿವ್ಯಾತ್ಮನೇ ನಮಃ.....*

ಸ್ನಾನಂ - ಚಿತ್ರಂ ದೇವಾನಾಮುದಗಾದನೀಕಂ ಚಕ್ಷುರ್ಮಿತ್ರಸ್ಯ ವರುಣಸ್ಯಾಗ್ನೇಃ । ಆಪ್ರಾದ್ಯಾವಾ ಪೃಥಿವೀ ಅಂತರಿಕ್ಷಂ ಸೂರ್ಯ ಆತ್ಮಾ ಜಗತಸ್ತಸ್ಥುಷಶ್ಚ ॥

ದ್ವಾದಶನಾಮ - ಓಂ ಸಹಸ್ರಕಿರಣಾಯ ನಮಃ । ಸೂರ್ಯಾಯ । ತಪನಾಯ । ಸವಿತ್ರೇ । ರವಯೇ । ವಿಕರ್ತನಾಯ । ಜಗಚ್ಚಕ್ಷುಷೇ । ದ್ಯುಮಣಯೇ । ತಿಗ್ಮದೀಧಿತಯೇ । ಶ್ರೀ ಭಾಸ್ಕರಾಯ । ದ್ವಾದಶಾತ್ಮನೇ । ಬ್ರಹ್ಮ ವಿಷ್ಣು ಶಿವಾತ್ಮಕಾಯ ।

ಪ್ರಾರ್ಥನಾ - ಧ್ಯೇಯಸ್ಸದಾ ಸವಿತೃಮಂಡಲ ಮಧ್ಯವರ್ತೀ ನಾರಾಯಣಃ ಸರಸಿಜಾಸನ ಸನ್ನಿವಿಷ್ಟಃ । ಕೇಯೂರವಾನ್ ಮಕರಕುಂಡಲವಾನ್ ಕಿರೀಟೀ ಹಾರೀ ಹಿರಣ್ಮಯವಪುರ್ಧೃತ ಶಂಖ ಚಕ್ರಃ ॥



shrinath.udupa@gmail.com

ಆಸ್ತಿಕ ಭಕ್ತಮಹಾಶಯರೇ ,

ಆದಿತ್ಯಮಂಬಿಕಾಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಗಣನಾಥಂ ಮಹೇಶ್ವರಂ । ಪಂಚೈತಾನಿ ಸ್ಮರೇನ್ನಿತ್ಯಂ ಮಹಾಪಾತಕ ನಾಶನಂ ॥ ಎಂಬೀ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪಂಚಬ್ರಹ್ಮ ದೇವರ ಅರ್ಚನೆಯನ್ನು ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿರುವುದು ಸರಿಯಷ್ಟೆ ! ಆದುದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ತಿಳುವಳಿಕೆಗಾಗಿ ಶ್ರೀ ದೇವರ ನವಶಕ್ತಿ ಪೂಜಾ ಮತ್ತು ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ನಾಗ ದೇವರ ಪೂಜಾ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಇದರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಕಟಿಸಿರುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ದೇವರ ಧ್ಯಾನ - ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಮಂತ್ರಗಳು ಇವೆ.

-- ಪ್ರಕಾಶಕರು

---

1. ಆದಿತ್ಯ ನವಶಕ್ತಯಃ

ಓಂ ದೀಪ್ತಾಯೈ ನಮಃ । ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಯೈ । ಜಯಾಯೈ । ಭದ್ರಾಯೈ । ವಿಭೂತ್ಯೈ । ವಿಮಲಾಯೈ । ಅಮೋಘಾಯೈ । ವಿದ್ಯುತಾಯೈ । ಸರ್ವತೋಮುಖ್ಯೈ ।

ಗಾಯತ್ರೀ - ಓಂ ದಿವಾಕರಾಯ ವಿದ್ಮಹೇ ಪ್ರಭಾಕರಾಯ ಧೀಮಹಿ । ತನ್ನಃ ಸೂರ್ಯಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥

2. ದುರ್ಗಾ ನವಶಕ್ತಯಃ

ಓಂ ಪ್ರಭಾಯೈ ನಮಃ । ಮಾಯಾಯೈ । ಜಯಾಯೈ । ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಯೈ । ವಿಶುದ್ಧಾಯೈ । ನಂದಿನ್ಯೈ । ಸುಪ್ರಭಾಯೈ । ವಿಜಯಾಯೈ । ಸರ್ವಸಿದ್ಧಿಪ್ರಭಾಯೈ ॥

ಗಾಯತ್ರೀ - ಓಂ ಕಾತ್ಯಾಯನ್ಯೈ ಚ ವಿದ್ಮಹೇ ಕನ್ಯಾಕುಮಾರ್ಯೈ ಧೀಮಹಿ । ತನ್ನೋ ದುರ್ಗಾ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥

3. ವಿಷ್ಣು ನವಶಕ್ತಯಃ

ಓಂ ವಿಮಲಾಯೈ ನಮಃ । ಉತ್ಕರ್ಷಿಣ್ಯೈ । ಜ್ಞಾನಾಯೈ । ಕ್ರಿಯಾಯೈ । ಯೋಗಾಯೈ । ಪ್ರಹ್ವ್ಯೈ । ಸತ್ಯಾಯೈ । ಈಶಾನಾಯೈ । ಅನುಗ್ರಹಾಯೈ ।

ಗಾಯತ್ರೀ - ಓಂ ನಾರಾಯಣಾಯ ವಿದ್ಮಹೇ ವಾಸುದೇವಾಯ ಧೀಮಹಿ । ತನ್ನೋ ವಿಷ್ಣುಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥

4. ಗಣೇಶ ನವಶಕ್ತಯಃ

ಓಂ ತೀವ್ರಾಯೈ । ಜ್ವಾಲಿನ್ಯೈ । ನಂದಾಯೈ । ಭೋಗದಾಯೈ । ಕಾಮರೂಪಿಣ್ಯೈ । ಉಗ್ರಾಯೈ । ತೇಜೋವತ್ಯೈ । ಸತ್ಯಾಯೈ । ವಿಘ್ನನಾಶಿನ್ಯೈ ।

ಗಾಯತ್ರೀ - ಓಂ ಏಕದಂತಾಯ ವಿದ್ಮಹೇ ವಕ್ರತುಂಡಾಯ ಧೀಮಹಿ । ತನ್ನೋ ದಂತಿಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥

shrinath.udupa@gmail.com

5. ಮಹೇಶ್ವರ ನವಶಕ್ತಯಃ

ಓಂ ವಾಮಾಯೈ ನಮಃ । ಜ್ಯೇಷ್ಠಾಯೈ । ರೌದ್ರ್ಯೈ । ಕಾಲ್ಯೈ । ಕಲವಿಕಲಿನ್ಯೈ । ಬಲವಿಕಲಿನ್ಯೈ । ಬಲಪ್ರಮಥಿನ್ಯೈ । ಸರ್ವಭೂತದಮನ್ಯೈ । ಮನೋನ್ಮನ್ಯೈ ॥

ಗಾಯತ್ರೀ - ಓಂ ತತ್ಪುರುಷಾಯ ವಿದ್ಮಹೇ ಮಹಾದೇವಾಯ ಧೀಮಹಿ । ತನ್ನೋ ರುದ್ರಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥

ನಾಗದೇವರು

ದೇವತಾರ್ಚನೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದಂತೆ ಘಂಟಾನಾದ ಪುರಸ್ಸರ ಸಂಕಲ್ಪ ಶ್ರೀ ಸರ್ಪಾದ್ಯಷ್ಟಕುಲ ನಾಗೇಂದ್ರ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಧ್ಯಾನಾವಾಹನಾದಿ ಷೋಡಶೋಪಚಾರ ಪೂಜಾಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥ ಕಲಶಾರ್ಚನಂ। (ಲಭ್ಯವಿದ್ದರೆ) ಶಂಖಾರ್ಚನಂ ಕೃತ್ವಾ, ನವಶಕ್ತೆ ಪೂಜಾಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥

ಓಂ ಕೇಸರಾಯೈ ನಮಃ । ವಿಷದಂಷ್ಟ್ರಾಯೈ । ವಿದ್ಯುಜ್ಜ್ವಾಲ್ಯೈ । ಧೃತ್ಯೈ । ಧೃತರಾಷ್ಟ್ರಾಯೈ । ಅಧೋಕ್ಷಜಾಯೈ । ಧೂಮ್ರಾಯೈ । ಗುಳಿಕಾಯೈ । ಕುಮುದ್ವತ್ಯೈ ॥

(ಪಕ್ಷಾಂತರೇ :- ಕಾಳ್ಯೈ । ಕರಾಳ್ಯೈ । ದೂತ್ಯೈ । ಯಮದೂತ್ಯೈ । ಕುಮುದ್ವತ್ಯೈ । ಫಣಾಯೈ । ಉದಾರ್ಣ್ಯೈ । ಕಾಲರಾತ್ರ್ಯೈ । ವಿದ್ಯುಜಿಹ್ವಾಯೈ ॥)

ಓಂ ನಮೋ ಭಗವತೇ ಸಕಲಗುಣ ಶಕ್ತಿಯುಕ್ತಾಯ ನಾಗೇಂದ್ರಾಯ ಯೋಗಪದ್ಮ ಪೀಠಾತ್ಮನೇ ನಮಃ। ಸ್ವಾತ್ಮ ಸಂಸ್ಥಮಜಂ ಶುದ್ಧಂ ತ್ವಾಮದ್ಯಭುಜಗೋತ್ತಮ । ಆರಣ್ಯಾಮಿವಹವ್ಯಾಶಂ ಮೂರ್ತಾವಾವಾಹಯಾಮ್ಯಹಂ ॥

ಓಂ ನಮಃ ಕಾಮರೂಪಿಣೇ ಮಹಾಬಲಾಯ ನಾಗಾಧಿಪತಯೇ ಅನಂತಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ॥ ಇತ್ಯಾವಾಹ್ಯ - ಆರ್ಘ್ಯಂ :- ಅನಂತಾಯ ವಿದ್ಮಹೇ ನಾಗರಾಜಾಯ ಧೀಮಹಿ । ತನ್ನಃಸರ್ಪಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥

ತಕ್ಷಕ ಋಷಿಃ । ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ । ನಾಗರಾಜೋ ದೇವತಾ ॥

ಓಂ ನಮಃ ಹೃದಯಾಯ । ಕಾಮರೂಪಿಣೇ ಶಿರಸೇ । ಮಹಾಬಲಾಯ ಶಿಖಾಯೈ । ನಾಗಾಧಿಪತಯೇ ಕವಚಾಯ । ಅನಂತಾಯ ನೇತ್ರಾಭ್ಯಾಂ । ಸ್ವಾಹಾ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್ ॥

॥ ಧ್ಯಾನಮ್ ॥ ಸಹಸ್ರವಕ್ತ್ರಂ ದ್ವಿಸಹಸ್ರ ಜಿಹ್ವಂ ಪಿಶಂಗನೇತ್ರಂ ಕಪಿಲಾಂ ಶುಕಾಢ್ಯಾಂ। ವಿಷಾಯುಧಂ ಪ್ರೋಜ್ವಲದಂಷ್ಟ್ರಬಾಹುಂ ತಂ ನಾಗರಾಜಂ ಪ್ರಣತೋಸ್ಮಿ ನಿತ್ಯಮ್ ॥

ಓಂ ನಮಃ ಕಾಮರೂಪಿಣೇ ಮಹಾಬಲಾಯ ನಾಗಾಧಿಪತಯೇ ಅನಂತಾಯ ಸ್ವಾಹಾ *ಇತ್ಯಷ್ಟವಾರಂ ಜಪೇತ್। ಲಂ ಪೃಥಿವ್ಯಾತ್ಮನೇ ನಮಃ ಇತ್ಯಾದಿ ಪಂಚೋಪಚಾರ ಪೂಜಾಂ ಕುರ್ಯಾತ್।*

ಆಪೋಹಿಷ್ಠೇತಿ ಮಲಾಪಕರ್ಷಣಂ।

shrinath.udupa@gmail.com

ಸ್ನಾನಂ - ನಮೋ ಅಸ್ತು ಸರ್ಪೇಭ್ಯೋ ಯೇ ಕೇಚ ಪೃಥಿವೀ ಮನು ।
ಯೇ ಅಂತರಿಕ್ಷೇ ಯೇ ದಿವಿ ತೇಭ್ಯಃ ಸರ್ಪೇಭ್ಯೋ ನಮಃ ॥
ಯೇ ದೋರೋಚನೇ ದಿವೋ ಯೇ ವಾ ಸೂರ್ಯಸ್ಯ ರಶ್ಮಿಷು ।
ಯೇಷಾ ಮಪ್ಸು ಸದಃಕೃತಂ ತೇಭ್ಯಃ ಸರ್ಪೇಭ್ಯೋ ನಮಃ ॥
ಯಾ ಇಷವೋ ಯಾತು ಧಾನಾನಾಂ ಯೇ ವಾ ವನಸ್ಪತೀ ರನು ।
ಯೇ ವಾ ವಟೇಷು ಶೇರತೇ ತೇಭ್ಯಃ ಸರ್ಪೇಭ್ಯೋ ನಮಃ ॥

ನಾಮ ಪೂಜಾ -- ಓಂ ಸರ್ಪಾಯ ನಮಃ । ಅನಂತಾಯ । ಶೇಷಾಯ । ಕಪಿಲಾಯ । ನಾಗಾಯ । ಗುಲಿಕಾಯ । ಶಂಖಿಪಾಲಾಯ । ಭೂಧರಾಯ । ಕಾಲೀಯಾಯ । ವಿಷಾಯುಧಾಯ । ಸಹಸ್ರಶೀರ್ಷಾಯ । ವಾಸುಕಿನೇ ॥

ಪ್ರಾರ್ಥನಾ - ನಾಗರಾಜ ಮಹಾಭಾಗ ಭಕ್ತಿಂ ಪುಷ್ಟಿಂ ಯಶಃ ಶ್ರಿಯಂ ।
ಪಶೂನ್ ಪುತ್ರಾನ್ ಧನಂ ದೇಹಿ ಪರತ್ರಚ ಪರಾಂಗತಿಂ ॥

ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ದೇವರು

॥ ಧ್ಯಾನಮ್ ॥ ಸ್ಫುರನ್ಮಕುಟ ಪತ್ರಕುಂಡಲ ವಿಭೂಷಿತಂ
ಚಂಪಕಸ್ರಜಾಕಲಿತಕಂಧರಂ ಕರಯುಗೇನ ಶಕ್ತಿಂ ಪವಿಮ್ ।
ದಧಾನಮಥವಾ ಕಟೀಕಲಿತವಾಮಹಸ್ತೇಷ್ಟದಂ
ಗುಹಂ ಘುಸೃಣಭಾಸುರಂ ಸ್ಮರತು ಪೀತವಾಸೋವಸಮ್ ॥

॥ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ॥ ಜಗತಾಂ ಮೂಲಕಂದಾಯ ಸ್ಕಂದಾಯ ಶರಜನ್ಮನೇ ।
ನಮೋಸ್ತು ಸುಕುಮಾರಾಯ ಕುಮಾರಾಯ ಸ್ಮರದ್ವಿಷಃ ॥

॥ ತೀರ್ಥಪ್ರಾಶನಮ್ ॥

ಅಕಾಲಮೃತ್ಯು ಹರಣಂ ಸರ್ವವ್ಯಾಧಿ ನಿವಾರಣಮ್ ।
ಸರ್ವ ದುರಿತೋ (ಪಾಪೋ) ಪ ಶಮನಂ ವಿಷ್ಣುಪಾದೋದಕಂ ಶುಭಮ್ ॥
ಶರೀರೇ ಜರ್ಝರೀಭೂತೇ ವ್ಯಾಧಿಗ್ರಸ್ತೇ ಕಳೇವರೇ ।
ಔಷಧಂ ಜಾಹ್ನವೀತೋಯಂ ವೈದ್ಯೋ ನಾರಾಯಣೋ ಹರಿಃ ॥

(ತೀರ್ಥ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ನಿರ್ಮಾಲ್ಯ ಪ್ರಸಾದ ಧರಿಸಬೇಕು)

shrinath.udupa@gmail.com

ಜಪ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ ದೇವಪೂಜೆ ಸಂದರ್ಭ ಉಚಿತ ಸಲಹೆಗಳು

1. ನಿತ್ಯವೂ ಬೇಗನೆ ಎದ್ದು ಸ್ನಾನ ಆಹ್ನಿಕಾದಿಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿದರೆ ಸಮಯದ ಉಳಿತಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

2. ದೇವಪೂಜೆಗೆ ಹೂಗಳನ್ನು ಬೆಳಕು ಹರಿಯುವ ಮೊದಲೇ ಸಂಗ್ರಹಿಸಬೇಕು. ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ಭ್ರಮರಗಳು ಹೂಗಳನ್ನು ಮಲಿನಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ.

3. ನಿತ್ಯ ತುಳಸಿಯನ್ನು ಗಂಡಸರು (ಹುಡುಗರು) ಕೊಯ್ಯಬಹುದು. ನಿತ್ಯ ಕೊಯ್ಯದೇ ಹೋದರೆ ಈ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಯ್ಯಬಾರದು :-

ಸಂಕ್ರಾಂತೌ ಪಕ್ಷಯೋರಂತೇ ದ್ವಾದಶ್ಯಾಂ ನಿಶಿ ಸಂಧ್ಯಯೋಃ । ಭೌಮೇ ಭಾನೌ ಚ ಶುಕ್ರೇ ಚ ತುಲಸೀಕಲವನಂ ತ್ಯಜೇತ್ ॥ (ಸಂಕ್ರಾಂತಿ, ಹುಣ್ಣಿಮೆ, ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ , ದ್ವಾದಶಿ, ರಾತ್ರಿ , ಸಂಧ್ಯೆಯ ವೇಳೆ, ಆದಿತ್ಯವಾರ, ಮಂಗಳವಾರ, ಶುಕ್ರವಾರಗಳಂದು ತುಳಸಿ ಕೊಯ್ಯಬಾರದು)

4. ದೇವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿದ ತುಳಸಿಯನ್ನು ತೆಗೆದು ತೊಳೆದು ಹಾಳಾಗುವ ತನಕ ಪುನಃ ಅರ್ಪಿಸಬಹುದು.

5. ದೇವರಿಗೆ ಗಂಧವನ್ನು ಉಗುರು ತಾಗದಂತೆ , ತೋರ್ಬೆರಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹಚ್ಚಬೇಕು.

6. ದೇವಪೂಜೆಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆಗೆದಿಟ್ಟ ನೀರನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು. ಜಪಮಾಡಿ ಉಳಿದ ನೀರನ್ನ ಉಪಯೋಗಿಸಬಾರದು.

7. ನಿಂತು ತೀರ್ಥ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಕುಳಿತು ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಪುನಃ ನಿಂತು ಪ್ರಸಾದ ಪಡೆದು ವಂದಿಸಬೇಕು.

8. ದೇವರು ನಮ್ಮ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ಬಲಬದಿಯಲ್ಲಿರುವಂತೆ (ಆಗ್ನೇಯ ದಿಕ್ಕು) ಉದ್ದಂಡ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡಬೇಕು. ಹೆಂಗಸರು ಬಾಗಿಕೊಂಡು ನಮಸ್ಕರಿಸಬೇಕು.

9. ಕವಳಿಗೆ ಸೌಟು ನಮ್ಮ ಬಲಕ್ಕೆ ಇರಬೇಕು. ಊಟದ ವೇಳೆಯಲ್ಲೂ ಬಲಬದಿಗೆ ನೀರಿಡಬೇಕು.

10. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ನಕ್ಷತ್ರ ಕಾಣುವಾಗಲೇ ಮಾಡಬೇಕು. ಸಾಯಂಕಾಲ ಸೂರ್ಯಾಸ್ತಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲು ಮಾಡಬೇಕು. ಸಂಧ್ಯಾಕಾಲವೆಂದರೆ ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಮೂರು ಗಳಿಗೆ, ಸೂರ್ಯಾಸ್ತ ನಂತರ ಮೂರು ಗಳಿಗೆ. ಸಾಯಂಕಾಲದ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಗೆ - ತುಳಸಿ ಕಟ್ಟೆ ಬಳಿ, ನದೀ ತೀರ, ದೇವಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದರೆ ಅಧಿಕ ಫಲ. (ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾ ಬಹಿರ್ಜಲೇ)

11. ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನೆ ಮಾಡಿದ ನಂತರವೇ ದೇವರನ್ನು ಪೂಜಿಸಬೇಕು. ಬೇಕಾದ ಪರಿಕರಗಳನ್ನು (ನೈವೇದ್ಯ, ಧೂಪ, ದೀಪ, ಹೂವು, ಗಂಧ, ಪತ್ರೆ ಇತ್ಯಾದಿ) ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಂಡೇ ಪೂಜೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು.

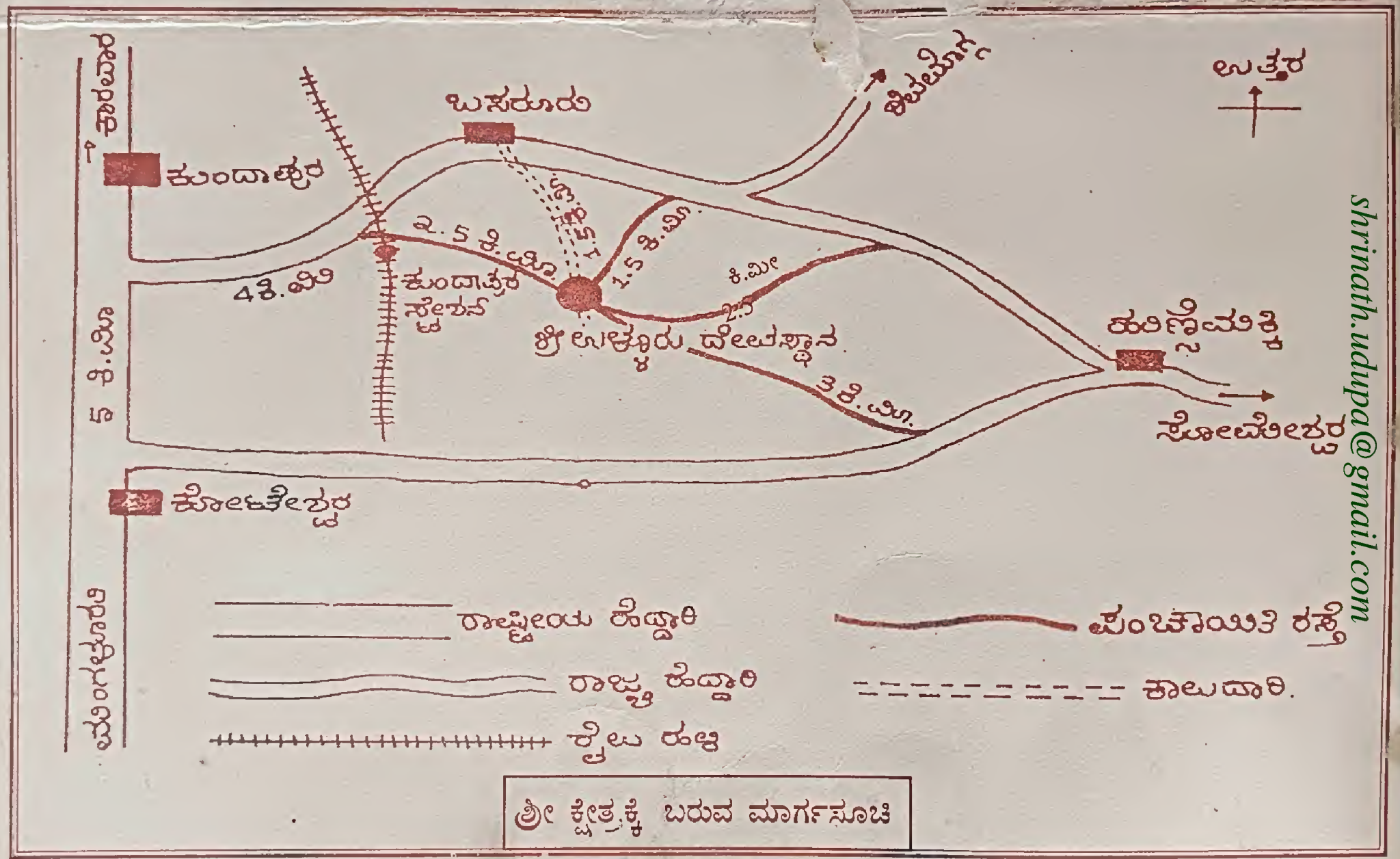
12. ಕಾಯಿಲೆ ಬಂದಾಗಲೂ ಜಪ ಬಿಡಬಾರದು. ಸೂತಿಕವಾದಾಗ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಜಪ ಮಾಡಬೇಕು.

13. ಶರೀರ ಕುತ್ತಿಗೆ ತಲೆ ಒಂದೇ ರೇಖೆಯಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಬೆನ್ನು ನೆಟ್ಟಗೆ ಮಾಡಿ ಪದ್ಮಾಸನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಜಪ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಪೂಜೆಗೂ ಪದ್ಮಾಸನವೇ ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ.

shrinath.udupa@gmail.com

ಶುದ್ಧಾಶುದ್ಧ ಪಟ್ಟಿ

ಪುಟ	ಪಂಕ್ತಿ	ಅಶುದ್ಧ ರೂಪ	ಶುದ್ಧ ರೂಪ
5	28	ರುದ್ರಭಾ	ರುದ್ರಭಾ
6	18	ಬಲಗೈಯಲ್ಲಿ ತುಸುನೀರನ್ನು ಹಿಡಿದು ತಲೆಗೆ ಸುತ್ತರಿಸಿ ಬಲಮೊಣಕಾಲ ಗಂಟಿನಮೇಲೆ	ಬಲ ಕಿವಿಮುಚ್ಚಿ ಬಲ ಕೈಯನ್ನು ಬಲ ಮುಂಗಾಲ ಗಂಟಿನಮೇಲೆ
7	12	ಅಹಸ್ತದವ	ಅಹಸ್ತದವ
7	13	ಜುಹೋಮಿ ಸ್ವಾಹಾ	ಜುಹೋಮಿ ಸ್ವಾಹಾ
7	21	ಈಶಾನ್ತಾಂ ವಾರ್ಯಾ	ಈಶಾನ್ತಾ ವಾರ್ಯಾ
9	1	ಯದ್ತದ್ಯಕಚ್ಛ	ಯದ್ತದ್ಯಕಚ್ಚ
12	4	ಸ್ವಃ	ಸ್ವಃ
12	20	ಆದಿತ್ಯ	ಆದಿತ್ಯ
12	26	ಶ್ರುಧೀ	ಶ್ರುಧ್ಧೀ
13	11	ಧೇಹಿ	ಧೇಹ್ಹಿ
13	12	ಸುಭಗ	ಸುಭಗ
13	17	ಕ್ಷಿಯಂ	ಕ್ಷಿಯಂ
13	18	ಪಾತಃ	ಪಾತ
17	13	ಋತಂತ್ವ	ಋತಂತ್ವಾ
18	12	ಉರ್ವಾರುಕ	ಉರ್ವಾರುಕ
19	22	ರಾಕ್ಷಸಾಮ್	ರಕ್ಷಸಾಮ್
20	16	ವಿತಸ್ತ	ವಿತಸ್ತ
21	23	ಯೋನೇನಿಷದ್ಯಾ	ಯೋನೇರ್ನಿಷದ್ಯಾ
22	1	ಪುರಂನ	ಪುರಂನ
22	4	ಗ್ರಹಾ	ಗ್ಹಹಾ
22	17	ಊಟದ ಮಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮನೇ ಸ್ವಾಹಾ ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಸ್ವಾಹಾ ಬದಲಿಗೆ	ದೇವೇಭ್ಯಃ ಸ್ವಾಹಾ
23	7	ಅಸ್ಮಾ ಅವಂತು	ಅಸ್ಮಾ ಅವಂತು
24	4	ಜಾಗ್ರವಾಂ	ಜಾಗೃವಾಂ
		ತದ್ವಿಷ್ಣೋ....ಈ ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ಸ್ವರ ಅನ್ವಿತ್ತಿಗಾಗಿ ಪುಟ 16 ನೋಡುವುದು.	
25	7	ಪೃಥಿವ್ಯಾಃ	ಪೃಥಿವ್ಯಾಃ
25	24	ದುರ್ಗಾಣ್ಣಿ	ದುರ್ಗಾಣ್ಣಿ
29	3	ಯೇ ದೋರೋಚನೇ	ಯೇ ದೋರೋಚನೇ



ಶ್ರೀ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಬರುವ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ

shrinath.udupa@gmail.com

shrinath.udupa@gmail.com

- ಕಾರ್ತಿಕ ಶುಕ್ಲ ಪೌರ್ಣಮಿ - ದೀಪೋತ್ಸವ
- ಮಾರ್ಗಶೀರ್ಷ ಶುಕ್ಲ ಷಷ್ಠಿ - ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ಷಷ್ಠಿ
- ಮಕರ ಮಾಸ ಎರಡನೇ ದಿನ - ರಥೋತ್ಸವ
- ಫಾಲ್ಗುಣ ಶುಕ್ಲ ಪೌರ್ಣಮಿ - ವರ್ಧಂತ್ಯುತ್ಸವ

ನಾಗತಿಲಾ ಪ್ರತಿಷ್ಠೆ, ಆಶ್ಲೇಷಾಬಲಿ, ಸರ್ಪಸಂಸ್ಕಾರ ಪೂಜೆ,
ರಂಗ ಪೂಜಾ ಉತ್ಸವ ಇವುಗಳನ್ನು ಭಕ್ತರು ಇಚ್ಛಿಸಿದಾಗ ಮಾಡಿಸಿಕೊಡಲಾಗುವುದು.

ಶ್ರೀ ಉಳ್ಳೂರು ಸ್ವಾಮಿ ಕಾರ್ತಿಕೇಯ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ

ಕಂದಾವರ

ಜಗತಾಂ ಮೂಲಸ್ಕಂದಾಯ ಸ್ಕಂದಾಯ ಶರಜನ್ಮನೇ ।
ಷಡ್ಭಿಃ ಪಕೃತಿಭೇದಾಯ ಕುಮಾರಾಯ ನಮೋ ನಮಃ ॥